UNIVERZITA KARLOVA

FAKULTA HUMANITNÍCH STUDIÍ

Studium humanitní vzdělanosti

SONDA DO OSOBNÍ A SOCIÁLNÍ RESILIENCE PŘÍSLUŠNÍKŮ PČR

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Autor práce: Matěj Matouš

Vedoucí práce: doc. PhDr. Iva Poláčková Šolcová, Ph.D.

PRAHA 2024

Bibliografický záznam

MATOUŠ, Matěj. *Sonda do osobní a sociální resilience příslušníků PČR*. Praha, 2024. Bakalářská práce (Bc.). Univerzita Karlova, Fakulta humanitních studií, Studium humanitní vzdělanosti. Vedoucí práce: doc. PhDr. Iva Poláčková Šolcová, Ph.D.

Čestné prohlášení:

Prohlašuji, že jsem práci vypracoval samostatně. Všechny použité prameny a literatura byly řádně citovány. Práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze dne 28. 6. 2024

Poděkování:

Rád bych poděkoval všem, kteří se podíleli na vzniku této bakalářské práce. Poděkovaní patří zejména vedoucí práce, doc. PhDr. Ivě Poláčkové Šolcové, Ph.D., za, cenné rady a připomínky a za poskytnutí dotazníku BRS, který byl využit ve výzkumu. Speciální poděkování patří také Policejnímu prezidiu PČR za zprostředkování dotazníkového šetření. V neposlední řadě moc děkuji rodině a blízkým za jejich podporu po dobu studia i při psaní této práce.

ABSTRAKT

Tato práce se v teoretické části věnuje konceptu resilience v psychologii, shrnuje jeho historický vývoj a vysvětluje jeho význam pro policejní praxi, včetně příkladů relevantních stresorů. V empirické části se zaměřuje na kvantitativní výzkum osobní a sociální resilience příslušníků Policie České republiky (PČR), s využitím české verze dotazníku BRS (*Brief Resilience Scale*).

Cílem práce je zjistit vztah mezi hodnocením vlastního zázemí (rodinného a kolegiálního) a mírou sociální resilience, rozdíly v osobní a sociální resilience mezi policisty a policistkami a vztah mezi sociální a osobní resiliencí.

Analýza dat potvrdila pozitivní korelaci mezi kvalitou zázemí a mírou sociální resilience a také mezi osobní a sociální resiliencí. Byl nalezen statisticky významný rozdíl v osobní resilienci mezi pohlavími. Takový rozdíl však nebyl nalezen v sociální resilienci. Výsledky naznačují, že kvalita zázemí může hrát důležitou roli ve vývoji resilience, což má praktické implikace pro podporu psychologické odolnosti v policejní profesi. Pro přesnější analýzu je však potřeba aplikovat komplexnější výzkumné metody.

Klíčová slova: resilience, osobní resilience, sociální resilience, societální resilience, PČR, policisté

ABSTRACT

This paper's theoretical part addresses the concept of resilience in psychology, summarizing its historical development and explaining its significance for police practice, including examples of relevant stressors. The empirical part focuses on a quantitative study of personal and social resilience among members of the Police of the Czech Republic (PČR), using the Czech version of the BRS (*Brief Resilience Scale*) questionnaire.

The aim of the paper is to determine the relationship between the evaluation of one's background (family and collegial) and their level of social resilience, differences in personal and social resilience between male and female police officers, and the relationship between one's social and personal resilience.

Data analysis confirmed a positive correlation between the quality of one's background and their level of social resilience, as well as between personal and social resilience. A statistically significant difference in personal resilience between genders was found. However, no such difference was found in social resilience. The results suggest that the quality of one's background may play an important role in the development of their resilience, which has practical implications for supporting psychological resilience in the police profession. However, more complex research methods are needed for a more accurate analysis.

Keywords: resilience, personal resilience, social resilience, societal resilience, PČR, police officers

OBSAH

Úvod 8
1. Teoretická část 9
1.1. Stresory a rizika spojená s policejní praxí 9
1.2. Koncept resilience v psychologii 11
1.2.1. Historie a vývoj konceptu resilience 11
1.2.2. Čtyři koncepce resilience 13
1.3. Sociální resilience 17
1.3.1. Historie a vývoj konceptu sociální resilience 18
1.4. Genderové rozdíly v míře resilience 20
1.5. Měření resilience 21
1.5.1. Krátká škála resilience (Brief Resilience Scale) 22
1.6. Stávající poznání v oblasti resilience policistů 23
2. Empirická část 26
2.1. Cíle výzkumu a hypotézy 26
2.2. Metodologie výzkumu 28
2.2.1. Sekce a otázky dotazníku 28
2.2.2. Sběr a analýza dat 30
2.2.3. Výzkumný vzorek 31
2.3. Výsledky 32
2.3.1. Základní statistické údaje vzorku 32
2.3.2. Vztah mezi zázemím a sociální resiliencí 35
2.3.3. Vztah mezi sociální resiliencí a osobní resiliencí 36
2.3.4. Genderové rozdíly v osobní a sociální resilienci 36
3. Diskuze 38
3.1. Shrnutí hlavních zjištění 38
3.2. Srovnání s předchozím výzkumem 39
3.3. Limity výzkumu 40

3.3.1. Limity škály BRS 41
4. Závěr 43
4.1. Doporučení pro praxi a budoucí výzkum 43
5. Použitá literatura a zdroje 46
6. Přílohy 53

Úvod

Otázka psychické odolnosti je v dnešní době stále větším a důležitějším tématem. Sám jsem její důležitost zaznamenal během, a především pak po pandemii viru COVID-19. Značnou popularitu si tento koncept získává především ve vědeckých sférách, kde jsou v několika posledních desetiletích koncipovány různé teorie a definice resilience a podobných konceptů (jako např. „*hardiness"* či „psychologický kapitál"). Především pak u relativně vysoce rizikových profesí (kam jistě policisty lze zařadit), jsou tyto vlastnosti považovány za klíčové. Je tedy politováníhodné, že se tímto konceptem v tomto kontextu tuzemští vědci příliš nezaobírají.

Policisté ve svém profesním životě čelí různorodým výzvám a stresorům, které mohou významně ovlivnit jejich osobní pohodu a efektivitu v práci. Jakožto nositelé veřejné autority a zodpovědnosti za udržování pořádku a bezpečnosti ve společnosti, jsou policisté vystaveni mnoha situacím, které mohou být emocionálně náročné a zatěžující. V tomto kontextu je zkoumání osobní a sociální resilienci policistů zásadní pro pochopení jejich schopnosti přizpůsobit se a odolávat stresovým situacím, a to jak na individuální, tak i na kolektivní úrovni. Důležitost této problematiky je umocněna nejen potřebou ochránit psychické zdraví policistů (vzhledem k jejich postavení ve společnosti), ale také zlepšit jejich profesní výkon a zvyšovat efektivitu policie jako instituce.

Tato práce je členěna na dvě části: teoretickou a empirickou. V teoretické části představím koncept resilience a jeho vývoj a dosavadní poznání v oblasti resilience policejních složek. Rovněž představím pojem „sociální resilience" jakožto specifičtější pojetí resilience aplikované na společnost či komunitu kolem jedince, a stávající vědění v oblasti genderových rozdílů v resilienci. Představím také způsoby měření resilience se speciálním zaměřením na BRS – dotazník škály resilience, který je jádrem mého výzkumu.

Jádrem empirické části je dotazníkové šetření zaměřené na osobní a sociální resilienci příslušníků Policie České republiky (PČR). Cílem výzkumu je posoudit vztah mezi hodnocením osobního a pracovního prostředí (včetně rodinného a kolegiálního zázemí) a mírou sociální resilience příslušníků PČR, zkoumat případné mezi-pohlavní rozdíly v průměrné míře osobní a sociální resilience příslušníků PČR a dále zjistit, zda existuje spojitost mezi mírou sociální a osobní resilience příslušníků PČR.

1. Teoretická část

V následujících kapitolách krátce představím klíčové aspekty policejní praxe, které ovlivňují psychickou a fyzickou pohodu policistů. Zaměřím se především na stresory a rizika neodmyslitelně spojená s vykonáváním policejní služby, s cílem ukázat, proč je výzkum resilience u policejních složek relevantní. Následně se zaměřím na vysvětlení konceptu sociální resilience a resilience samotné, historický vývoj tohoto pojmu a chybět nebude ani přehled výzkumů, které se zabývají mechanismy umožňujícími jednotlivcům i komunitám překonávat nepříznivé podmínky a přehled výzkumů genderových rozdílů v míře resilience. Kapitoly také nabídnou přehled různých modelů a přístupů k měření a posilování resilience s důrazem na aplikaci těchto poznatků v policejní praxi, a rovněž se zastavím u současného stavu poznání v oblasti resilience bezpečnostních složek.

1.1. Stresory a rizika spojená s policejní praxí

Vzhledem k tématu práce považuji za důležité alespoň krátce představit potenciální rizika a profesní stresory specifické pro policisty – jinými slovy, potenciální zdroje potíží a příčiny náročných období a situací, na které může mít resilience vliv (koncept resilience představuji v následující kapitole).

S přihlédnutím k charakteru práce policisty lze i bez obsáhlejšího chápání či vysvětlování jednoduše předpokládat, že nejde o profesi, jejíž vykonávání by s sebou neneslo žádná významná rizika či stresory. Snad nejvýznamnějším rizikem, které s sebou profese policisty nese, je **vyhrožování** a **násilí** mířené proti policistům při jejich služebních zákrocích. Ježková (2013) referuje o tom, že policejní prezidium v roce 2011 v rámci celé PČR řešilo 565 případů násilí proti příslušníkovi PČR a 41 případů, kdy příslušníkům PČR bylo ze strany pachatelů vyhrožováno. V roce 2012 pak řešilo 479 případů násilí a 39 případů vyhrožování a v roce 2013 (k datu zveřejnění článku, tedy 11. prosince) 453 případů násilí a 39 případů vyhrožování. Podle novějších statistik policejní prezidium za poslední čtyři roky každoročně zaznamenává kolem 250 případů[1].

Řada osob dopouštějících se trestného činu směřovaného na policisty se navíc nebrání možnosti použít na policistu zbraň. Kromě střelných zbraní Ježková (2013) uvádí

[1] Zdroj: https://www.policie.cz/clanek/zverejnene-informace-2024-statistiky.aspx

i sečné a bodné zbraně (přičemž nejčastěji jde o nože nebo sekyry) a jiné předměty jako jsou vozidla, kameny, tyče, teleskopické obušky či pepřový sprej a k útoku neváhají použít ani svého psa. Po upozornění na skutečnost, že policisté při každodenních výkonech nasazují své životy a zdraví ve snaze chránit životy, zdraví a majetek ostatních občanů, Ježková ve stejném článku označuje profesi policistů za profesi nejrizikovější. Zdůrazňuje také fakt, že zmiňovaná rizika nejsou výhradou pouze speciálních útvarů (jako jsou například zásahové jednotky nebo Útvar rychlého nasazení), ale že hrozí každému policistovi, který službu vykonává takzvaně „na ulici“, přičemž takovými útoky jsou nejvíc ohroženi policisté pořádkové policie. (Ježková, 2013).

I přesto, že se někteří výzkumníci domnívají, že práce policistů nemusí být nijak významně víc stresující než jiné profese, včetně těch v oblasti lidských služeb či jiných zásahových složek (Hart, Wearing & Headey, 1995; Stinchcomb, 2004), práce policisty s sebou nese specifický typ stresorů (který lze tedy někdy najít i u jiných zásahových a bezpečnostních složek). Stinchcomb (2004) poukazuje na to, že práce policisty je ve skutečnosti mnohem víc rutinní, než by její popkulturní vyobrazení mohlo naznačovat. Stres při policejní praxi a z něj plynoucí problémy lze ale najít jinde; ve stejné stati popisuje takzvané *epizodické stresory*. V kontextu policie se jedná o všem známé přestřelky, automobilové honičky a jiné intenzivní situace, se kterými se policista může při výkonu práce setkat. Obecně řečeno jde o potenciálně traumatické události, které, ačkoliv vzácné, můžou být velmi intenzivní a přejít stejně rychle, jako začaly (Stinchcomb, 2004). Tyto situace mají navíc potenciál vyústit v duševní poruchy jako je posttraumatická stresová porucha (Stephens, Long & Miller, 1997).

Brodieová a Epplerová (2012) ve svém emergentním modelu identifikovaly řadu pracovních stresorů, které jsou pro policistu běžné. Stresory rozdělily do dvou kategorií. První kategorií jsou ***pracovní problémy*** (*on-the-job issues*), kam patří možnost střetu s nebezpečím, nepředvídatelnost profese, vystavování kritickým příhodám, řešení násilí v rodině, nemožné lhůty (*deadline*s), možnost právních následků a pracovní rozvrh. Do druhé kategorie zvané ***organizační stresory*** (*organizational stressors*) patří nekompetentnost nadřízených, rivalita mezi kolegy, nedostatek administrativní podpory a špatná komunikace mezi nadřízenými. Stresory v policejní praxi se zabývala také americká studie Violantiho a Arona. Ve své studii 103 newyorkských policistů sestavili hierarchii stresorů. Mezi pět nejvýše hodnocených se řadí 1) zabití někoho při výkonu služby, 2) smrt

kolegy, 3) fyzický útok, 4) týrané dítě a 5) automobilové honičky ve vysoké rychlosti (Violanti & Aron, 1995, s. 290).

1.2. Koncept resilience v psychologii

Pojem **resilience** pochází z latinského slovesa *resilīre*, které lze do češtiny přeložit jako „odskočit“, „odrazit se“ či „skočit zpět“. Etymologický základ samotného *resilīre* pak můžeme najít v latinském *salīre*, jehož ekvivalentem jsou slova jako „odpružit“, „vyskočit“, „vynořit se“ či „rychle vyrůst“ (Kebza & Šolcová, 2008). Pro slovo „resilience“ se v českém jazyce jako synonyma používají například pojmy „odolnost“, „psychická odolnost“, „nezdolnost“, či „pružnost“, z nichž ale žádný ve svém obsahovém významu nezahrnuje celou šíři jednotlivých aspektů konceptu resilience, a je proto vhodnější při práci s tímto konceptem používat původní termín „resilience“ (Novotný, 2010).

V akademických sférách má termín resilience (někdy také *resiliency*) spoustu různých, avšak konceptuálně podobných definic. Například Connorová a Davidson (2003) definují resilienci jako koncept ztělesňující osobnostní vlastnosti, které člověku umožňují prospívat tváří v tvář nepřízni osudu. Mastenová (2011) uvedla systémově orientovanou definici resilience: *„Schopnost dynamického systému odolat významným výzvám, které ohrožují jeho stabilitu, životaschopnost nebo vývoj, nebo se z nich zotavit.“* (Masten, 2011, s. 494).

Podle Novotného (2014) ve vědeckých kruzích existují čtyři odlišné koncepce resilience. Lze ji chápat jako osobnostní vlastnost, jako souhrn vlastností či faktorů, jako výsledek adaptace nebo jako proces (k tomuto rozdělení se vrátím v podkapitole 1.2.2.). I přes absenci jednotné definice resilience jsou ale někteří autoři toho názoru, že existuje zjevná shoda na základní charakteristice konceptu resilience. Na resilienci bývá v akademických sférách nahlíženo jako na schopnost entity – ať už jednotlivce, komunity, organizační jednotky či nějakého většího systému – vrátit se do „normálního“ či původního stavu nebo fungování po výskytu události, která naruší její stav (Wiig & Fahlbruch, 2019).

1.2.1. Historie a vývoj konceptu resilience

Konceptem resilience se odborná psychologická literatura zabývá přibližně od 70. let 20. století, kdy vědce zajímal fenomén resilience u dětí s rizikem psychopatologie

a vývojovými problémy v důsledku genetických nebo zkušenostních okolností (Masten, 2001). Během posledních padesáti let prošel termín resilience poněkud razantním vývojem. Wrightová, Mastenová a Narayanová (2012) shrnuly vývoj teorie resilience do čtyř vln, které v následujících odstavcích představím.

První vlna, za jejíž počátek lze označit 70. léta 20. století, byla silně ovlivněna americkým kulturním étosem – přesněji takzvaným „drsným individualismem“ a (oproti následujícím vlnám) byla tedy zaměřena především na jednotlivce samotného. Hlavním objektem zájmu zde byl nejen základní popis, ale také přesné definice a prediktory resilience. Vědce v této oblasti zajímal především fenoménem pozitivní adaptace dětí s rizikem rozvinutí psychopatologie, které si prošly obtížnými životními situacemi (Wright et al., 2012). Průkopníci měli tendenci soustředit se na osobnostní rysy jedinců, a proto byly děti, u kterých se psychopatologie nerozvinula, považovány za odolné vůči stresu díky své „vnitřní síle“ nebo charakteru – díky osobnostním charakteristikám. Takové děti bývaly označovány za „nezranitelné“ (Anthony, 1974). S postupným rozšířením vědeckých poznatků v této oblasti byl termín „nezranitelnost“ nahrazen dynamičtějšími pojmy jako je „odolnost vůči stresu“ nebo „resilience“. Výsledkem této vlny byly důležité popisy jevů spojených s resiliencí užitečné pro další, důkladnější zkoumání konceptu resilience (Wright et al., 2012).

Druhá vlna (90. léta 20. st.) přinesla dynamičtější pohled na resilienci; do své teorie a výzkumu přejala přístup vývojových systémů. Zájem výzkumu resilience se tak přesunul z deskripce konceptu resilience jako takového na procesy s ním spojené, a to především na transakce mezi jedinci a systémy, do nichž je zakotven jejich vývoj. To vedlo k většímu důrazu na roli sociálních vztahů a systémů mimo rodinu a ke zvažování integrace biologických, sociálních a kulturních procesů do modelů a studií resilience (Wright et al., 2012).

Třetí vlna, kterou lze zasadit přibližně do přelomu století, se zaměřila na možnosti formování resilience pomocí intervenčních metod. Představovala souběh cílů, modelů a metod prevence a studií přirozeně se vyskytující resilience. Přišlo se na to, že experimenty na podporu pozitivní adaptace a předcházení problémům mezi jednotlivci s vysokým rizikem rozvoje problémů představují účinnou strategii pro testování teorií resilience a předpokládaných adaptivních procesů. Design intervencí měl zpočátku pouze formu teoretickou, ale postupně nabyl formy experimentů s náhodnými kontrolními či

srovnávacími skupinami s explicitními modely změny. Tyto experimenty pak reprezentovaly jakýsi „zlatý standard“ důkazů o procesech změn (Wright et al., 2012).

Čtvrtá vlna, kterou autorky považují za právě probíhající (tedy přinejmenším probíhající v době vydání jejich díla), je zaměřena na pochopení a integraci resilience napříč různými úrovněmi analýzy. Je zde kladena stále větší pozornost na epigenetické a neurobiologické procesy, na vývoj mozku a způsoby, jakými systémy při vývoji jedince interagují. Jde o teoretické spojení genetiky, neurobiologické adaptace, vývoje mozku, chování a kontextu na více úrovních analýzy. Za svůj vznik vděčí především technologickému pokroku – obzvlášť pak pokroku v genetice – a dostupnosti nových výzkumných metod, díky kterým lze vytvářet modely růstu, změn a interakcí ve složitých systémech (Wright et al., 2012).

1.2.2. Čtyři koncepce resilience

V návaznosti na historii a vývoj konceptu resilience lze dnes resilienci chápat v různých koncepcích či vědeckých přístupech a vzhledem k nejednotnosti chápání resilience považuji za důležité vysvětlit rozdílné způsoby jejího chápání. Novotný (2014) zdůrazňuje fakt, že neexistuje jednotný pohled na to, co vlastně resilience je, jak ji chápat ani jak ji zkoumat. Vzhledem k tomu, že, dle mého názoru, brilantně shrnul jednotlivé koncepce resilience do čtyř kategorií, jsem se rozhodl jeho stať použít jako základ pro následující podkapitolu. Novotný (2014) představil čtyři způsoby, jakými je resilience chápána a zkoumána: jako osobnostní vlastnost, jako souhrn vlastností či faktorů, jako výsledek adaptace či jako proces.

a) Resilience jako vlastnost

Prvním vědeckým přístupem k resilienci je chápání **resilience jako vlastnosti**. Resilience je v tomto smyslu chápána jako specifická charakteristika (například osobnostní vlastnost) jedince, která zastává funkci ukazatele odolnosti proti nepříznivým vlivům. Na resilienci bylo takto nahlíženo především v prvních fázích výzkumu, ale i přesto, že výzkum resilience nakonec ukázal, že takováto jedna, jasně definovatelná vlastnost pravděpodobně neexistuje, i dnes existují teoretické koncepce resilience jakožto vlastnosti psychické odolnosti (Novotný, 2014).

S koncepcí resilience jakožto vlastnosti se pojí několik významných konceptů a teorií. Mezi ty nejznámější patří teorie konceptu ***hardiness*** (např. Kobasa, 1979; Bonanno, 2004), která *„odkazuje na soubor postojů ve vztahu k životu, orientovaných na vnímání smyslu, hodnoty a potenciálu růstu ve stresových situacích"* (Novotný, 2014, s. 5). Někteří současní autoři vnímají *hardiness* jako klíčovou cestu k resilienci (například Maddi & Khoshaba, 2005).

Dalším konceptem je **pocit kontroly *(„Sense of Control")*** – osobnostní atribut uváděný také jako ***„Locus of Control"*** (Rotter, 1966), který odkazuje na volbu copingových strategií v závislosti na míře vnímané kontroly nad situací; zatímco kontrolovatelné situace aktivují spíše strategie zaměřené na problém, nekontrolovatelné aktivují spíše strategie zaměřené na zvládání emocí (Novotný, 2014).

Podobně důležitým konceptem spojeným s koncepcí resilience jako vlastnosti je ***Ego-resiliency***, který popisuje schopnost jedince adaptovat se na měnící se okolnosti, resp. schopnost souvisle modifikovat vlastní úroveň kontroly v reakci na situační požadavky a nevýhody (Letzring, Block & Funder, 2005). Jedinci s nízkou úrovní *Ego-resiliency* jednají ve stresujících situacích buď stálým (perseveračním) způsobem, a/nebo chaoticky, což vede k maladaptivnímu chování, přičemž v dlouhodobém hledisku pak tací jedinci projevují nižší úroveň prvků úzce spojovaných s resiliencí – přesněji nižší úrovně sebedůvěry, pozitivních afektů a psychologického přizpůsobení (Block & Kremen, 1996).

Dalším konceptem je koncept ***self-efficacy***, který vyjadřuje míru vnímané schopnosti jedince zvládat problémy se současným přesvědčením o tom, co v dané situaci může k dosažení nějakého cíle udělat (Bandura, 1977). Antonovsky (1987) oproti tomu odkazuje ke společenské a vnitřní soudržnosti. Používá k tomu termín ***Sense of Coherence*** (smysl pro integritu, soudržnost či koherenci), přičemž koherenci definuje třemi základními charakteristikami: srozumitelnost situace, smysluplnost a zvládnutelnost. Koherence představuje celkovou orientaci vyjadřující míru pocitu důvěry jedince ve strukturovanost, předvídatelnost a vysvětlitelnost podnětů vycházejících v průběhu života z jedincova vnitřního a vnějšího prostředí.

b) Resilience jako souhrn faktorů

Postupným studiem psychické odolnosti začala být resilience chápána jako multifaktorový či multidimenzionální konstrukt. V tomto pojetí je resilience chápána jako **komplex osobnostních i sociálních (environmentálních) faktorů**, které jsou navzájem

zastupitelné a které se (například v závislosti na osobnosti jedince či na specifických charakteristikách situace) různými způsoby a v různých kombinacích podílejí na celkové schopnosti jedince vyrovnávat se s negativními okolnostmi v jeho životě (Novotný, 2014).

MacLeanová (2004) shrnula různé kvality a vlastnosti spojené s resiliencí, které byly dosud popsané, do několika obecných skupin: *sebeúcta* (self-esteem), *vnímání vlastní účinnosti (*self-efficacy), *locus of control* (pocit kontroly nad svým životem), *iniciativa* (schopnost a snaha konat), *víra a morálka* (víra v systém hodnot), *důvěra* (v jinou osobu či věc), *náklonnost* (dlouhodobé milostné pouto mezi dvěma jedinci), *bezpečné zázemí* (bezpečné a stabilní životní prostředí či životní situace zajištěná kontinuitou milostných vztahů a vztahů s okolím), *smysluplné role* (zběhlost v aktivitách a rolích, které poskytují pocit pozitivní identity a jsou zdrojem potěšení, naděje nebo vývoje self-esteem), *autonomie* (schopnost rozhodovat), *identita* (povědomí o vlastní identitě; kým jsem, odkud jsem a pro koho jsem důležitý), *náhled* (realistický pohled na vlastní schopnosti) a *smysl pro humor* (pomáhá distancovat se od emocionální bolesti a snížit její dopad, případně navázat a udržet vztahy) (MacLean, 2004; in Novotný, 2014).

Polková (1997) v návaznosti na dosud prozkoumané aspekty resilience rozlišila čtyři základní dimenze resilience. *Dispoziční dimenze* se vztahuje k fyzickým a ego-vztažným sociálně-psychologickým atributům, jako například inteligence, temperament, zdraví, osobní kompetence či smysl pro *Self*). *Vztahová dimenze* zahrnuje vnitřní a vnější aspekty. Vnitřní aspekty zahrnují důvěrnost a intimnost vztahů a vnější aspekty pak vnější zájmy, vazbu na vzdělání, práci a sociální aktivity. *Sociální dimenze* zahrnuje manifestované kognitivní způsobilosti, schopnosti řešit problémy a konkrétní situace, schopnost realisticky zhodnotit chování v dané situaci, reflektovat možnosti, změny a nové okolnosti situace a využít aktivní copingové strategie orientované na problém (zájem je zde především o flexibilitu, vytrvalost, duchaplnost a podobné koncepty). Poslední, *filozofická dimenze* zahrnuje názory jedince, pozitivní interpretaci vlastních zkušeností, hodnotu a smysluplnost života a přesvědčení o smyslu života nebo unikátnosti vlastní životní cesty (Polk, 1997; in Novotný, 2014).

Ke koncepci resilience jako souhrnu faktorů lze také zařadit takzvaný **ekologický model resilience** vytvořený Ungarem a kolegy, který zahrnuje řadu faktorů resilience: individuální, vztahové, společenské a kulturní faktory (Ungar, 2006; Ungar et al., 2008). Mezi *individuální faktory* autoři modelu řadí kvality jako je asertivita, schopnost řešit

problémy, self-efficacy, optimismus a další. Mezi *vztahové faktory* pak řadí například kvalitu rodičovství, sociální kompetence, přítomnost pozitivních modelů a rolí, přijetí vrstevníky a smysluplné vztahy s vrstevníky ve škole či členy domácnosti. Ke *společenským faktorům* řadí příležitost k práci přiměřené věku, vystavení násilí a smysluplné rituály přechodu. Nakonec *kulturní faktory* zahrnují afiliaci s náboženskou organizací, toleranci k rozdílným ideologiím, vírám a přesvědčením ostatních a zvládání kulturních posunů či změn. Toto pojetí dimenzí resilience dále poupravili (Ungar & Liebenberg, 2011); popisují *dimenzi individuální*, zahrnující podsložky osobní schopnosti či dovednosti, podporu vrstevníků a sociální schopnosti/dovednosti, *dimenzi vztahů s primární pečující osobou* s podsložkami fyzické a psychické péče a *dimenzi kontextu*, kam řadí spirituální aspekty, vzdělání a kulturu.

V tomto multidimenzionálním pojetí pak lze resilienci brát jako **souhrn širokého spektra vlivů tvořených osobnostními vlastnostmi a schopnostmi a zdroji z vnějšího prostředí** (Novotný, 2014). Podobně resilienci chápe i **sociálně-konstruktivistická** definice resilience, podle níž resilience je schopnost jedince směřovat svůj život směrem ke zdrojům udržujícím zdraví a osobní pohodu a zároveň schopnost jedincovy rodiny, společnosti a kultury tyto zdroje poskytnout (kulturně) smysluplným způsobem (Ungar 2006; Ungar et al., 2008).

c) Resilience jako výsledek

Zatímco v předchozím textu zmíněné přístupy ke studiu resilience se zaměřují na zkoumání jednotlivých dimenzí či faktorů nebo souhrnu faktorů resilience a pojímají resilienci jako přítomnost či nepřítomnost určitých faktorů, existují i nemálo odlišné teorie resilience. Některé studie chápou resilienci jako výsledek adaptace, respektive jako **stabilní, trvalou, vrozenou nebo během života získanou (naučenou) charakteristiku osobnosti**, která se projevuje ve chvílích adaptace a zvládání stresových nebo náročných životních situací a jejíž přítomnost můžeme sledovat skrze její důsledky (Novotný, 2014).

Motivací ke zkoumání resilience v tomto kontextu byla snaha nalézt „cestu k resilienci“, respektive nalézt pomocí jedinců, u kterých není možné pozorovat předpokládatelné negativní důsledky nepříznivých situací, ty faktory, které vedou k pozitivním důsledkům (Luthans, Luthans & Luthans, 2004). Tyto faktory pak měly být vodítkem k psychologickému posilování jedince proti riziku, vyvíjení intervence pro jedince v těžkých situacích a dodání smyslu lidskému životu (Spreitzer et al., 2005; in Novotný, 2014).

d) Resilience jako proces

Novotný (2014) soudí, že všechny předchozí uvedené přístupy studia resilience jsou sice velmi uznávané a často používané (především pak ve smyslu zkoumání a mapování vnitřních a vnějších faktorů, které se podílejí na resilienci) a v konečném důsledku nepochybně velmi přínosné. Přesto je ale označuje za spíše problematické, neboť podle něj do určité míry komplikují porozumění skutečné podstaty resilience. Oproti předchozím přístupům staví chápání **resilience jako procesu**. Procesuální charakter resilience zdůrazňuje řada autorů; například Winfieldová (1994), která resilienci chápe jako výsledek reakce jedince na rizikové faktory, které jsou přítomny v jeho prostředí. Resilienci tak chápe jako **interakční proces** který se skládá z individuálních charakteristik jedince a prostředí a který lze podpořit určitými protektivními faktory. Benardová (1995) pak dodává, že resilience je nejen podporována individuálními, environmentálními a protektivními procesy, ale zároveň sama může podporovat pozitivní atributy jedince a pomoci lidem vytvořit si dostatečný pocit sociální kompetence, dovednosti k řešení problémů, kritické myšlení ve vztahu k útrapám a pocit smyslu. Podporuje také rozvoj vlastností jako je sebeúcta (*self-esteem*), vnímaná sebeúčinnost (*self-efficacy*), autonomie a optimismus.

Za významný přínos pro chápání resilience jako procesu či proměnlivého stavu Novotný (2014) považuje definování resilience jako **rozvojeschopné** (*developable*) (Luthans, Vogelgesang & Lester, 2006; Spreitzer et al., 2005). Považuje také za důležité zkoumat interakce mezi rysovými faktory (jako je například *self-esteem*), vztahovými faktory, riziky a důsledky, abychom pochopili jak a kdy přesně resilience působí. Zároveň poukazuje na existenci četných zjištění, že resilientní procesy se za různých okolností a při přítomnosti různých rizik liší (Novotný, 2014).

1.3. Sociální resilience

Podobně jako samotný pojem resilience má pojem **sociální resilience** (případně také **societální resilience**) řadu různých, avšak v jistých ohledech podobných definic. Podle některých autorů sociální resilience odkazuje na *„způsob, jakým se jednotlivci, komunity a společnosti přizpůsobují, transformují a potenciálně se stávají silnějšími, když čelí environmentálním, sociálním, ekonomickým nebo politickým výzvám“* (MacLean, Cuthill & Ross, 2014, s. 146). Jiní autoři ji definují například jako *„schopnost podporovat a udržovat pozitivní vztahy a angažovat se v nich a schopnost snášet a zotavit se z životních stresorů*

a sociální izolace" (Cacioppo, Reis & Zautra, 2011, s. 44). Není překvapivé, že v definici resilience sociální lze postřehnout náznaky výše zmíněných definic resilience samotné s rovněž očekávaným zaměřením na společenské či komunitní prostředí. I zde se objevuje koncept zotavení se, přizpůsobování či transformování v něco silnějšího či odolnějšího. Koncept sociální resilience vystihuje a oceňuje složitou souhru mezi sociálními, kulturními, duchovními, ekonomickými a environmentálními systémy a upozorňuje na synergický vztah mezi lidmi a prostředím, ve kterém žijí (Cuthill et al., 2008).

Keck a Sakdapolrak (2013) informují o tom, že všechny dobové definice sociální resilience mají tendenci se týkat sociálních entit (ať už jednotlivců, organizací nebo komunit) a jejich schopností vyrovnávat se s různými druhy environmentálních a sociálních hrozeb a přizpůsobovat se jim. Ve svém článku navíc rozdělili dosavadní empirické případové studie sociální resilience do tří kategorií. První kategorií jsou studie zaměřené na **přírodní katastrofy**. Ta zahrnuje studie zaměřené na období sucha, povodní, tropických bouří, vln tsunami a požárů. Součástí druhé kategorie jsou studie zaměřené na **dlouhodobější stres spojený se správou přírodních zdrojů, nedostatkem zdrojů a proměnlivostí prostředí**. Případové studie se zde zajímají především o přeměny mangrovových lesů, zachovávání mořských zdrojů, desertifikaci, klesající kvalitu vody, nedostatek vody a klimatické změny. Poslední kategorií je kategorie studií zabývajících se **společenskými změnami a problémy rozvoje**. Zkoumají se zde politické a institucionální změny, migrace, regionální ekonomická transformace, turismus, rozvoj infrastruktury, sociálně-prostorové proměny měst, ekonomické krize a z ní plynoucí nejistota a zdravotní rizika (Keck & Sakdapolrak, 2013, s. 8).

1.3.1. Historie a vývoj konceptu sociální resilience

Koncept sociální resilience se poprvé výrazněji objevuje na přelomu století. V následující kapitole krátce představím chápání sociální resilience napříč historií.

Jeden z prvních vědců, kteří představili definici sociální resilience, byl Neil Adger, který ji definoval jako *„schopnost komunit odolávat vnějším otřesům jejich sociální infrastruktury"* (Adger, 2000, s. 361). Adger poukazuje na ekonomickou, prostorovou a společenskou dimenzi sociální resilience – se sociální resiliencí pracuje v kontextu společenských, politických a ekologických změn – čímž vysvětluje potřebu interdisciplinárních poznatků k plnější analýze a upozorňuje na očividné propojení sociální resilience s ekologickou resiliencí (vlastností ekosystémů udržovat se tváří v tvář narušení).

Sociální resilience by podle Adgera měla být definována na úrovni komunity spíš než jako fenomén týkající se pouze jednotlivců. Zároveň ji přímo připisuje k *sociálnímu kapitálu* společností a komunit (Adger, 2000).

Maguire a Hagan (2007), kteří sociální resilienci chápou jako *„schopnost sociálních skupin a komunit zotavit se z krizí nebo na ně pozitivně reagovat“* (Maguire & Hagan, s. 1), naznačují, že dobové chápání sociální resilience často pracuje se třemi klíčovými částmi či vlastnostmi. Jde o odolnost (anglicky *resistance*), zotavení (*recovery*) a kreativitu (*creativity*) (Kimhi & Shamai, 2004). Samotná *odolnost* souvisí se schopností komunity ustát či absorbovat zátěžové situace. *Zotavení* pak souvisí se schopností dané komunity zotavit se ze stresorů a rychlostí, se kterou se to komunitě podaří. Nakonec *kreativita* je potřeba ke zrychlení a optimalizaci *zotavení* a k navrácení stavu komunity před onu zátěžovou situaci.

Z nepatrně novějších koncepcí můžeme jmenovat například autory Keck a Sakdarporlak (2013), pro které je sociální resilience přímo spojena s politikou, participací a mocí. V téže práci navrhli vnímat sociální resilienci jako složenou ze tří dimenzí či kapacit: První jsou *zvládací (coping) kapacity*, tedy schopnost sociálních aktérů překonávat všechny druhy nepřízně a vyrovnávat se s nimi. Zadruhé *adaptivní kapacity* – schopnost učit se z minulých zkušeností a přizpůsobit se budoucím výzvám v každodenním životě. Nakonec zmiňují *transformační kapacity*, aneb schopnost vytvářet soubory institucí, které podporují individuální blahobyt a udržitelnou odolnost společnosti vůči budoucím krizím.

Jak už tomu ve vědě bývá, ani sociální resilience dodnes nemá jednotnou definici. Ke konsensu o pojmu sociální resilience se v posledních letech pokusili přispět například autoři Moya a Goenechea (2022). Sociální resilienci definují jako složitý, vícerozměrný koncept, který vyžaduje vícestupňovou a vícerozměrnou analýzu. Zahrnuje pochopení dynamické interakce mezi individuální a sociální resiliencí, role institucí a identifikaci minimálních podmínek nezbytných pro resilienci. Zároveň upozorňují na vliv environmentálních, ekonomických, politických a sociálních prvků na sociální resilienci a na potřebu vyvinout dynamické modely ukazující vztahy mezi jednotlivými proměnnými.

Z výše uvedených definic je zřejmé, že sociální resilience je chápána jako velmi komplexní a multidimenzionální koncept, který se napříč historií sice nijak radikálně nemění, ale přesto, podobně jako obecný termín *resilience*, stále nemá jednotnou definici. Závěrem lze konstatovat, že pro další rozvoj poznání a praktické aplikace sociální resilience

je klíčové integrovat multidisciplinární přístupy a dynamické modely, které reflektují složitost interakcí mezi jednotlivci, komunitami a jejich prostředím.

Je třeba zdůraznit, že v rámci akademické sféry a odborné literatury se k popisu konceptu sociální resilience se v poslední době stále častěji používá také termín **societální** (anglicky *societal*) **resilience** (např. Bodas et al., 2022; Haavik, 2020)[2]. V této práci používám termíny *sociální resilience* a *societální resilience* jako synonyma.

1.4. Genderové rozdíly v míře resilience

Erdogan, Ozdogan a Erdogan (2015) provedli kvantitativní studii zaměřenou na genderové rozdíly v úrovni resilience u tureckých vysokoškolských studentů (studie se účastnilo 596 studentů – 216 mužů, 378 žen a 2 „bez odpovědi"). Výsledky byly vcelku jednoznačné; studenti vykazovali výrazně vyšší úroveň resilience než studentky. Za možnou příčinu této disparity autoři označili genderové stereotypy v turecké společnosti. V porovnání s muži se totiž předpokládá, že ženy budou zodpovědnější v několika oblastech (například v domácích povinnostech nebo péči o děti). Jako další možný důvod zmínili také to, že ženy jsou ve srovnání s muži víc emotivní, a tak můžou být hlouběji zasaženy traumatickými událostmi (Erdogan, Ozdogan & Erdogan, 2015).

Existence odlišností mezi pohlavími ale není vždy tak jednoznačná. Kogarová & Usluová (2021) provedly metaanalýzu řady studií zabývajících se genderovými rozdíly v úrovni psychologické resilience. Závěry této analýzy naznačují, že ženy mají v průměru mírně vyšší úroveň psychologické odolnosti než muži, přičemž mají větší tendenci používat různé strategie k dosažení resilience, jako je sociální podpora a otevřené projevování emocí. Na druhou stranu muži se spíše spoléhají na svou silnou vůli a sebeúctu a z kulturních důvodů se otevřenému projevování negativních emocí (například pláčem) straní. Autorky ale poukazují na to, že genderové rozdíly v míře resilience můžou být různé v závislosti na kontextu a kultuře a že věk, vzdělání a další sociodemografické faktory mohou tyto rozdíly významně ovlivnit. Rovněž díky této analýze přišly na to, že různé studie ukazují i opačné výsledky – v některých průzkumech vychází úroveň resilience vyšší u mužů, v jiných u žen.

[2] Stejný termín používá i organizace NATO. Zdroj: https://www.nato.int/structur/pdd/2022/220411-ResilienceContentGuidelines.pdf

Jako možný důvod smíšenosti výsledků autorky označují homogenitu výzkumných vzorků (Kogar & Uslu, 2021).

1.5. Měření resilience

V dnešní době existují různé metody měření resilience. S cílem přispět k pochopení operacionalizace resilience a vyhodnotit psychometrické vlastnosti jednotlivých měření resilience (a zároveň aktualizovat zjištění z předešlých analýz) provedli Pangallo et al. (2015) systematickou analýzu metod pro měření resilience. Ve svém přehledu použili empirické studie z databází EBSCOHost a Scopus publikované do roku 2013, přičemž musely splňovat základní kritéria. Musely:

1. zkoumat dospělé jedince (18 a více let),
2. být v angličtině a recenzované odborníky,
3. být původní verzí,
4. být kvantitativní,
5. splňovat základní podmínky validity
6. a splňovat všechny definující atributy resilience *nebo* být alespoň konceptuálně podobné.

Následující podkapitola obsahuje krátký popis self-reportových škál resilience, které na základě psychometrických vlastností sami autoři analýzy označili za nejlepší (Pangallo et al., 2015):

Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC; Connor & Davidson, 2003; in Pangallo et al., 2015)

Škála CD-RISC byla konceptualizována na základě *hardiness* (odolnosti vůči stresu a zkušenostech přeživších). Původním vzorkem byli členové veřejnosti (n = 577), pacienti primární péče (n = 139), pacienti psychiatrické ambulantní péče (n = 43), lidé trpící generalizovanou úzkostnou poruchou (n = 25) a dvě skupiny klinické studie posttraumatické stresové poruchy (n = 22; n = 22). CD-RISC má 25 položek s pěti subškálami: (a) osobní kompetence, vysoké standardy a houževnatost, (b) víra ve vlastní instinkty, tolerance negativní afektů a posilující efekty stresu, (c) přijetí stresu a jistota mezilidských vztahů, (d) kontrola a (e) spirituální vlivy.

Resilience Scale for Adults (RSA; Friborg et al., 2003; in Pangallo et al., 2015)

Autoři analýzy označili RSA za teoreticky konzistentní s poznatky raných vývojových empirických studií Garmezyho, Ruttera a Wernerové. Vzorek tvořili zájemci o studium na vojenské vysoké škole v Norsku (n = 482). Škála RSA má 33 položek a je složena ze šesti subškál: vnímání sebe sama, plánování budoucnosti, sociální kompetence, rodinná soudržnost, sociální zdroje a strukturovaný styl.

Psychological Capital (PCQ; Luthans et al., 2007; in Pangallo et al., 2015)

Škála PCQ je založena na teorii psychologických zdrojů (*psychological resource theory*) Stevana Hobfolla a teorii „rozšiř a buduj" (*broaden and build theory*) Frederiksona a Branigana. Vzorkem byly dvě skupiny studentů managementu (n = 167; n = 404), lidé pracující v high-tech výrobě (n = 115) a prodejci pojištění (n = 144). Je tvořena 24 položkami a má 4 subškály: účinnost, naděje, resilience a optimismus.

Brief Resilience Scale (BRS; Smith et al., 2008; in Pangallo et al., 2015)

BRS se zaměřuje na odrazovou (*bounce back*) charakteristiku resilience. Resilience je zde chápána jako schopnost návratu na předstresovou úroveň fungování a/nebo „prospívání". Původní vzorek tvořili američtí studenti (n = 128; n = 64), pacienti se srdečními problémy (n = 144) a ženy trpící fibromyalgií (n = 20) s kontrolní skupinou o 30 zdravých ženách. BRS je jednodimenzionální a je tvořena ze 6 položek.

1.5.1. Krátká škála resilience (Brief Resilience Scale)

Vzhledem k tomu, že k mému výzkumu byla použita výše zmíněná škála BRS, považuji za důležité důkladněji nastínit její charakter a specifika jejího vzniku a akademického přijetí.

Smith et al. ve svém článku (2008) představili novou metodu měření resilience – *Brief Resilience Scale* (BRS), což lze do češtiny přeložit jako „krátká škála resilience". Jedná se o samohodnotící (self-reportovou) škálu o šesti položkách navrženou k posouzení schopnosti jednotlivce zotavit se ze stresu nebo nepříznivé situace. Škála je navržena tak, aby se dala snadno distribuovat, upravovat a skórovat. Respondenti jsou zde požádáni o vyjádření míry souhlasu s výroky jako *„je pro mě těžké překonávat náročné události a období"* nebo *„netrvá mi dlouho zotavit se z náročné situace"*, přičemž odpovídají na

Likertově škále s rozsahem bodování 1–5 pro každou položku a celkovým rozsahem skóre 6–30. Často se pracuje s následujícím návrhem tří kategorií výsledků podle výšky skóre: *nízká resilience* (1–2,99), *střední resilience* (3–4,30) a *vysoká resilience* (4,31–5) (Smith et al. 2013). Tato interpretace bude použita i v této práci.

Autoři uvádějí, že BRS má vysokou vnitřní konzistenci (Cronbachovo alfa 0,80 až 0,91) a vysokou test-retest reliabilitu (r = 0,69 po dvou týdnech). BRS se ukázala jako spolehlivý a platný nástroj pro měření resilience v různých populacích. Sami autoři ji také označili za potenciálně užitečný nástroj například v klinickém prostředí pro identifikaci těch, kterým by mohla prospět resilienci posilující intervence. Rovněž soudí, že BRS má několik výhod oproti jiným metodám měření resilience, včetně stručnosti, snadné distribuci a silným psychometrickým vlastnostem. Upozorňují však také na to, že je zapotřebí dalšího výzkumu, aby se zjistila platnost a užitečnost BRS v jiných populacích a kontextech (Smith et al., 2008).

BRS byla vědeckou obcí přijata velmi pozitivně. Kromě Pengalla et al. (2014) ji pozitivně hodnotí například Fung (2020), jehož studie, které se účastnilo 511 čínských vysokoškolských studentů, potvrdila jak vysokou validitu, tak vnitřní konzistenci a psychometrické vlastnosti BRS a potvrdila tak použitelnost BRS i v jiné než Západní společnosti. Pozitivně ji hodnotí také Rodríguez-Rey et al. (2016), kteří analyzovali reliabilitu a validitu skóre španělské verze BRS na španělském heterogenním vzorku o 620 dospělých jedincích. Výsledky studie ukázaly adekvátní reliabilitu a konvergentní, souběžnou i prediktivní validitu skóre a koeficientem vnitřní konzistence podobným originální, anglické verzi (Cronbachovo alfa = 0,83). Metodologický přehled autorek Windelové, Bennettové a Noyesové (2011), kde bylo analyzováno devatenáct různých metod měření resilience, rovněž hodnotí BRS pozitivně. I přesto, že autorky hodnotí stručnost BRS jako nevýhodu limitující schopnost zachytit komplexnost resilience jako konstruktu a doporučují ji používat ve spojení s jinými metodami (pro zajištění komplexnějšího posouzení resilience), získala zde BRS nejlepší psychometrické hodnocení.

1.6. Stávající poznání v oblasti resilience policistů

Tato kapitola se zaměřuje na některé výzkumy, které byly dosud provedeny v oblasti resilience policistů. Je třeba poznamenat, že tématem resilience bezpečnostních složek se tuzemské vědecké kruhy zatím příliš nezabývaly. Při rešerši jsem nebyl schopen dohledat

žádné relevantní studie z území České republiky, a proto v následující kapitole budu čerpat výhradně ze zahraničních výzkumů.

V posledních desetiletích koncepty jako resilience, *hardiness* a psychologický kapitál získávají mezi vědci značnou popularitu (Janssens et al., 2021). Jsou považovány za důležité vlastnosti u vysoce rizikových profesí (především pak u policistů) k vyrovnávání se s potenciálně traumatizujícími stresory (McCanlies et al., 2014), organizačními stresory (van der Velden et al., 2010) a konflikty plynoucích ze střetu pracovního a soukromého života (Paton et al., 2008).

V kontextu resilience u bezpečnostních složek se zahraniční výzkumy zaobírají mimo jiné konceptem **stresu a stresorů a jejich vlivy** na jedince. Tyto výzkumy se zabývají především vztahem mezi stresem (či stresory) a posttraumatickou stresovou poruchou a podobnými poruchami a problémy s mentálním zdravím (Stephens, Long & Miller, 1997; Berger et al., 2012) a rizikovým chováním jako je alkoholismus, deprese nebo suicidální myšlenky a chování (Lindsay, 2008; Stanley, Hom & Joiner, 2016; Slaven et al., 2011). Výzkumy samotné resilience bezpečnostních složek se pak zaměřují zejména na tréninkové programy resilience a obecně způsoby, jakými lze resilienci v bezpečnostních složkách a podobných útvarech posilovat (např. Hart, Wearing & Headey, 1995; Paton & Violanti, 2008; Andersen et al., 2015; De Hoog et al., 2023). Janssens et al. (2021) ve svém systematickém přehledu navíc upozorňují na to, že resilience a podobné koncepty bývají studovány převážně ve vztahu k proměnným fyzického a duševního zdraví, oproti například profesnímu fungování policistů.

Výsledky průzkumů **míry resilience** bezpečnostních složek nejsou zcela jednoznačné. Dle nedávné nizozemské studie (van der Meulen, van Veldhoven & van der Velden, 2019) se resilience u policistů zdá jako stabilní kapacita jedince. Policisté v této studii trvale skórovali v horní polovině úrovně resilience a autoři je tak označili za více či méně resilientní. Autoři zmiňují, že nejde o moc překvapivé zjištění, neboť mentální zdatnost je, vzhledem k přísnému výběrovému procesu a následnému úbytku mezi studenty tamních policejních akademií důležitá, což plyne k tomu, že policejní akademii absolvují pouze ti, kteří jsou dostatečně mentálně zdatní či resilientní. Španělská studie (Talavera-Velasco et al., 2021), která se zaměřila (mimo jiné) na studium resilience během pandemie viru COVID-19, ale přišla s tím, že delší praxe v policejním sboru byla spojena nejen s horším zdravotním stavem, ale i nižší mírou resilience. Ve světle těchto zjištění nelze na

resilienci nahlížet jako na stabilní, v čase neměnnou míru či vlastnost a je potřeba, jak ostatně sami autoři studie doporučují, resilienci zkoumat dál a podrobněji.

Výzkumy v oblasti **sociální resilience bezpečnostních složek** zajímá především vztah mezi maladaptivním či rizikovým chováním jako je deprese nebo pesimismus (případně obecněji i kvalitou života) a vnímanou organizační podporou, vnímanou podporou ze strany kolegů a/nebo psychologickým kapitálem (Liu et al., 2013; Miller et al., 2017). Vnímaná organizační podpora má zdánlivě pozitivní vliv na zvládání stresu a negativních emocí a společně s vnímanou podporou ze strany kolegů může mít pozitivní vliv na kvalitu života.

2. Empirická část

Při rozhodování o výběru tématu mé bakalářské práce jsem se nechal vést především mým zájmem o to, jak lidé zvládají stres a jaké jsou psychické „limity“ lidské mysli při stresových událostech a obecně intenzivních situacích. Během prezentace nabízených výzkumných oblastí v oboru psychologie jsem narazil na několik témat, která mě zajímala, ale nejvíce mě zaujal výzkum resilience. Toto téma mi přišlo jako ideální volba, zejména s ohledem na můj profesní zájem o forenzní nebo policejní psychologii. Rozhodování o tématu mé bakalářské práce bylo také ovlivněno tím, že jsem měl možnost získat asistenci při distribuci dotazníků od rodinného známého, který je zaměstnancem Policie České republiky. Tato výhoda mě přesvědčila o tom, že právě výzkum resilience by mohl být nejen přínosný, ale především dosažitelný.

Vzhledem k rozsahu a komplexitě tématu resilience a zjevné absenci tuzemských výzkumů v této oblasti jsem přesvědčen o tom, že tento výzkum může poskytnout sice povrchové, ale cenné informace, se kterými lze dále pracovat, a že tak můžu smysluplným (avšak stále poněkud omezeným) způsobem přispět k rozvoji teoretických poznatků v oboru psychologie.

2.1. Cíle výzkumu a hypotézy

Studium resilience je důležitým tématem v psychologickém výzkumu a stěžejním tématem této práce. Předchozí studie naznačují, že mezi muži a ženami existují rozdíly v průměrné úrovni osobní resilience, avšak výsledky těchto studií nejsou jednoznačné. Některé výzkumy poukazují na vyšší úroveň resilience u mužů, zatímco jiné ukazují vyšší úroveň u žen (Kogar & Uslu, 2021). Tento rozpor v literatuře podněcuje další zkoumání, zejména pak ve specifických profesních skupinách, kde je resilience klíčovým faktorem pro výkon práce, jako je tomu u policistů a policistek. Jedním z cílů této práce tedy bude zjistit, zda existuje statisticky významný rozdíl mezi průměrnou úrovní osobní a sociální resilience mužů a žen – policistů a policistek v aktivní službě – a přispět tak k rozšíření obecného vědeckého poznání o fenoménu resilience a jeho rozdílech mezi pohlavími v kontextu policejní služby.

Dále se zde budu zabývat otázkou, jak sociální opora (resp. kvalita zázemí) ovlivňuje míru resilience. Sociální opora je totiž klíčovým faktorem, který může pomoci jedincům

efektivně se vyrovnávat s negativními vlivy stresových situací (Lazarus & Folkman, 1984). V těžké životní situaci může silné sociální zázemí způsobit to, že se jedinec místo vyhledávání „únikových cest“ při řešení náročných stresových situací přikloní spíš k chování či jednání zaměřenému na aktivní řešení problému (Baumgartner & Adamková, 2003). V rámci výzkumu budu tedy předpokládat, že lepší hodnocení rodinného a kolegiálního zázemí povede k vyšší míře sociální resilience policistů a policistek – tedy že existuje pozitivní korelace mezi zázemím a úrovní sociální resilience jedince. Tento předpoklad podporuje i relativně aktuální studie, podle které *„vysoká úroveň sociální podpory dokáže zmírnit negativní účinky nízké úrovně resilience na duševní zdraví“* (Li et al., 2021).

Cíle výzkumu

- Zjistit vztah mezi hodnocením svého osobního a pracovního zázemí (rodinného zázemí a kolegiálního prostředí) a mírou sociální resilience u příslušníků PČR.
- Zjistit vztah mezi mírou sociální resilience a osobní resilience u příslušníků PČR.
- Zjistit, zda existují mezipohlavní rozdíly v průměrné míře osobní a sociální resilience příslušníků PČR.

V souladu s výzkumnými cíli a zkoumanou problematikou jsem před provedením výzkumu a vyhodnocením výsledků stanovil čtyři hypotézy, které budou na základě datové analýzy v průběhu a v závěru práce potvrzeny nebo vyvráceny.

Hypotézy

H_1: U příslušníků PČR existuje pozitivní korelace mezi vnímanou kvalitou zázemí a mírou sociální resilience.

H_2: U příslušníků PČR existuje pozitivní korelace mezi sociální resiliencí a osobní resiliencí.

H_3: U příslušníků PČR existuje statisticky významný rozdíl v míře osobní resilience policistů a policistek.

H_4: U příslušníků PČR existuje statisticky významný rozdíl v míře sociální resilience policistů a policistek.

2.2. Metodologie výzkumu

Hlavním cílem této práce je poskytnout **základní vhled** (či sondu) do problematiky resilience příslušníků Policie České republiky. K dosažení tohoto cíle jsem zvolil metodu kvantitativního výzkumu ve formě dotazníkového šetření. Pro usnadnění sběru a zpracování dat jsem využil možnosti digitálního dotazníku.

Jádrem výzkumu byl **online dotazník** sestavený ze tří částí s celkem 21 otázkami, který byl zaměřen na individuální hodnocení schopnosti jedince a schopnosti pracovního útvaru jedince reagovat na problémy, těžkosti či nepřízeň (na jejich osobní a sociální resilienci) a krátce také na individuální hodnocení svého rodinného, přátelského a kolegiálního zázemí. Dotazník byl zprostředkován službou Google Forms a měl tedy formu standardního Google formuláře s úvodní sekcí s informovaným souhlasem a třemi sekcemi otázek.

2.2.1. Sekce a otázky dotazníku

Jak jsem již nastínil, tak dotazník obsahuje tři sekce otázek. V této podkapitole pro úplnost krátce představím jednotlivé sekce a jejich otázky (pro kompletní podobu dotazníku viz přílohy).

Sekce 1: Základní demografické otázky a otázky k zázemí

V **první** sekci otázek byly respondentům položeny základní demografické otázky. Zajímalo nás respondentovo pohlaví (které je důležité pro čtvrtou hypotézu), věk (pro případné zúžení vzorku) a délka praxe na současné pracovní pozici. Odpovědi na tyto otázky podaly důležité a relevantní informace k výzkumu a informace stěžejní pro výběr vzorku. Součástí první sekce otázek byly také čtyři otázky k respondentovu zázemí – zda má rodinné příslušníky, kolegy, přátele a blízké, na které se může v náročném období spolehnout a zda vlastní dostatek zdrojů opory, aby se dokázal vypořádat s náročnými situacemi.

Seznam otázek:

- ***Vaše pohlaví:***
  - ○ *Muž* ○ *Žena*
- ***Váš věk:***
  (doplňte)
- ***Jak dlouho působíte na současné pracovní pozici?***
  - ○ *méně než rok*
  - ○ *do 5 let*
  - ○ *5 až 10 let*

    - *více než 10 let*
- ***1) Mám rodinné příslušníky, na které se mohu v případě těžkostí či v náročném období spolehnout.***
- ***2) Mám přátele a blízké, na které se mohu v případě těžkostí či v náročném období spolehnout.***
- ***3) Mám kolegy/ně, na které se mohu v případě těžkostí či v náročném období spolehnout.***
- ***4) Mám dostatek zdrojů opory (finančních, doma, v práci), abych se dokázal/a vypořádat s náročnými situacemi.***
-

Sekce 2: Osobní resilience

Druhá sekce otázek nesla formu „krátké škály resilience" – BRS – *Brief resilience scale* (Smith et al., 2008) přeložené do češtiny, která byla poskytnuta vedoucí této práce. Jde o standardizovaný dotazník o šesti položkách (tvrzeních), ve kterém respondent hodnotí svou osobní resilienci – vlastní schopnost vzpamatování se z náročných období. U tvrzení měl respondent vždy vybrat jednu z pěti odpovědí: „naprosto nesouhlasím", „nesouhlasím", „ani souhlas ani nesouhlas", „souhlasím" nebo „naprosto souhlasím". K šesti původním tvrzením bylo přidáno sedmé, kde jsme se dotazovali, zda se respondent považuje za odolného (resilientního) člověka, což podalo dodatečné informace o respondentovu sebehodnocení vlastní resilience.

Seznam otázek:

- ***1) Po náročných životních obdobích se většinou rychle vzpamatuji.***
- ***2) Je pro mě těžké překonávat náročné události a období.***
- ***3) Netrvá mi dlouho zotavit se z náročné situace.***
- ***4) Když se stane něco zlého, je pro mě těžké vrátit se do „původního stavu".***
- ***5) Těžkými časy většinou procházím bez zásadních potíží.***
- ***6) S životními propady a těžkostmi se většinou vypořádávám dlouhou dobu.***
- ***7) Považuji se za člověka, který je odolný, resilientní.***

Sekce 3: Sociální resilience

Třetí a poslední sekce otázek byla podobná sekci druhé. Šlo o upravenou verzi dotazníku BRS (se stejnou škálou odpovědí), kde respondent hodnotil resilienci svého pracovního útvaru místo resilience vlastní. Dotazník byl upraven tak, aby otázky odpovídaly zkoumanému tématu; tato část je tedy zaměřena na respondentovo hodnocení resilience sociální a získaná data byla klíčová pro plánované srovnávání s resiliencí osobní. Stejně jako

u předchozí sekce bylo i zde přidáno tvrzení, kde měl respondent vyjádřit, zda svůj pracovní útvar považuje za odolný (resilientní).

Seznam otázek:

- ***1) Po náročných obdobích se útvar, ve kterém pracuji, většinou rychle vzpamatuje.***
- ***2) Pro útvar, ve kterém pracuji, je těžké překonávat náročné události a období.***
- ***3) Útvaru, ve kterém pracuji, netrvá dlouho zotavit se z náročné situace.***
- ***4) Když se stane něco zlého, je pro útvar, ve kterém pracuji, těžké vrátit se do „původního stavu“.***
- ***5) Útvar, ve kterém pracuji, těžkými časy většinou prochází bez zásadních potíží.***
- ***6) S propady a těžkostmi se útvar, ve kterém pracuji, většinou vypořádává dlouhou dobu.***
- ***7) Útvar, ve kterém pracuji, považuji za odolný, resilientní.***

2.2.2. Sběr a analýza dat

Dotazník byl s pomocí Policejního prezidia České republiky rozeslán v květnu 2023. Respondenti měli možnost odesílat vyplněné dotazníky až do konce května 2024. Po tomto termínu byla data stažena a následně analyzována pomocí statistického programu *jamovi*. Tento program jsem vybral pro jeho schopnost provádět komplexní statistické analýzy a vizualizace dat v relativně přehledném rozhraní, což mi, jakožto nezkušenému výzkumníkovi, jednoduše umožnilo hlubší vhled do zjištěných výsledků.

Analýza zahrnovala jak základní, tak pokročilejší deskriptivní statistiky a metody, které pomohly identifikovat normalitu rozložení, vzorce a korelace v datech. Tento proces zahrnoval pečlivou kontrolu kvality dat, čištění datového souboru od nesprávně vyplněných či nekompletních odpovědí a následné použití různých statistických technik pro ověření hypotéz stanovených v této práci. **Normalita** všech relevantních proměnných (skóre zázemí, skóre osobní resilience a skóre sociální resilience) byla testována pomocí **Shapiro-Wilkova testu normality**. Výsledky této analýzy vedly k odmítnutí hypotézy o normálním rozložení těchto proměnných. Proto byly pro všechny následné analýzy použity neparametrické testy.

Pro zjištění korelace u hypotéz H_1 a H_2 byl použit **Spearmanův rankový korelační koeficient** (Spearmanovo rhó). Tento koeficient byl zvolen proto, že umožňuje měřit sílu a směr monotónní závislosti mezi dvěma proměnnými, což je vhodné pro neparametrické datové soubory.

Pro porovnání skóre osobní a sociální resilience mezi mužskými a ženskými respondenty (H_3, H_4) byl použit **Mann-Whitneyho U test**. Tento test byl vybrán, protože je vhodný pro porovnání dvou nezávislých skupin a nevyžaduje normální rozdělení dat, což činí analýzu robustnější v případě, kdy data nesplňují předpoklady pro parametrické testy.

2.2.3. Výzkumný vzorek

Výběr potenciálních respondentů byl zpočátku zaměřen na policisty s alespoň pětiletou praxí na stávající pracovní pozici. Z důvodů poněkud nízkého počtu vyplněných dotazníků byl tento původní požadavek opomenut, a výsledky tudíž vypovídají o ještě obecnější realitě. Nábor respondentů zprostředkovalo Policejní prezidium České republiky.

Koncový vzorek tvoří 82 respondentů, z toho 56 mužů a 26 žen ve věku 21 až 61 let, přičemž největší podíl respondentů (n=32) pracuje na stávající pracovní pozici déle než 10 let. Respondenti byli před vyplněním dotazníku informováni o naprosté anonymitě jejich odpovědí jak v dotazníku samotném (skrz informovaný souhlas vyžadovaný před přístupem k dotazníku), tak v hromadné korespondenci při distribuci dotazníků. Stejným způsobem byli informováni o možnosti kdykoliv z výzkumu odstoupit.

2.3. Výsledky

2.3.1. Základní statistické údaje vzorku

Vzorek tvořilo 82 respondentů – 56 mužů a 26 žen. V následující tabulce jsou zobrazeny základní statistické údaje, tedy velikost vzorku (N), průměr, směrodatná odchylka (SD), rozsah, minimum a maximum.

Tabulka č. 1: Základní statistické údaje vzorku:

	N	Průměr	SD	Rozsah	Minimum	Maximum
Věk	82	40,63	9,81	40,00	21,00	61,00
skóre Z	82	3,93	0,89	4,00	1,00	5,00
skóre OR	82	3,51	0,59	2,57	2,43	5,00
skóre SR	82	3,64	0,72	2,71	2,29	5,00

Dle tabulky č. 1 je zřejmé, že průměrný věk respondentů byl přibližně 40 let, s rozsahem od 21 do 61 let. Výzkumný vzorek tedy obsahoval přibližně dvě generace respondentů. Následující tři položky, konkrétně *skóre zázemí*, *skóre OR* a *skóre SR* se vztahují k celkovým skóre vypočítaných z jednotlivých částí dotazníku[3]. *Skóre zázemí* odkazuje na část dotazníku, kde respondenti hodnotili své rodinné, přátelské a kolegiální zázemí. *Skóre OR* je skóre vypočítané z druhé části dotazníku, zaměřené na hodnocení vlastní schopnosti reagovat na problémy, těžkosti či nepřízeň osudu – tedy na osobní resilienci. Nakonec *skóre SR* je skóre sociální resilience vypočítané ze třetí části dotazníku, zaměřené na schopnost pracovního útvaru respondenta reagovat na problémy a těžkosti.

Výsledná skóre osobní resilience (***skóre OR***) a skóre sociální resilience (***skóre SR***) byla vypočítána standardním způsobem výpočtu škály BRS. Odpovědi respondentů byly zaznamenány na škále od 1 do 5 podle toho, jakou z možností Likertovy škály respondenti zvolili („1“ pro „zcela nesouhlasím, „5“ pro „zcela souhlasím“). Některé otázky byly formulovány negativně a jejich skóre bylo tedy obráceno, což znamená, že hodnota 1 se změnila na 5, hodnota 2 na 4, hodnota 3 zůstala 3, hodnota 4 se změnila na 2 a hodnota 5 na 1. Po obrácení skóre u negativně formulovaných položek jsme sečetli skóre všech položek a výsledný součet pak vydělili počtem položek, čímž jsme získali průměrné skóre v hodnotách od 1 po 5 (včetně).

[3] Podrobněji vysvětleno v kapitole 2.2.1.

Tabulka č. 1 ukazuje, že ačkoliv respondenti u obou škál (*skóre OR* i *skóre SR*) dosáhli maximálního možného skóre (5), minimální skóre se blíží střední hodnotě škály (3) – přesněji 2,43 pro *skóre OR* a 2,29 pro *skóre SR*. Zároveň si lze povšimnout, že průměr a rozsah se u obou skóre příliš neliší. Stojí ale za povšimnutí, že průměrné *skóre OR* respondentů (3,51) je nepatrně nižší než průměrné *skóre SR* respondentů (3,64). U jedince s takovým skóre by šlo mluvit o *střední resilienci*[4].

Skóre zázemí bylo pro účely výzkumu počítáno stejným způsobem, jako skóre osobní a sociální resilience, s tím rozdílem, že tato sekce neobsahovala žádné negativně formulované otázky. Skóre se tak počítalo pouze sečtením hodnot přiřazených k jednotlivým odpovědím (bez jakéhokoliv obratu hodnot) a následným vydělením počtem otázek. Sekce o zázemí měla také pouze 4 otázky (oproti sedmi u *skóre OR* a *skóre SR*) – minimální počet bodů byl tedy 4 a maximální 20. Možné rozmezí skóre – tedy 1 až 5 (včetně) – to ale nijak nemění. Z tabulky č. 1 vyplývá, že, ačkoliv respondenti skórovali jak minimálním, tak i maximálním skóre (tedy 1 i 5), průměr výsledků (3,93) se pohybuje nad obecným průměrem škály (3). Lze tedy říct, že většina respondentů hodnotí své zázemí spíše kladně.

Normalita všech relevantních proměnných (*skóre Z, skóre OR* a *skóre SR*) byla testována pomocí Shapiro-Wilkova testu normality. Na základě této analýzy jsme odmítli hypotézu o normalitě rozložení proměnných a pro všechny následné analýzy byly proto použity **neparametrické** testy – přesněji Spearmanův rankový korelační koeficient (u H_1 a H_2) a Mann-Whitneyho U test (u H_3 a H_4).

[4] Zde používanou interpretaci výsledků BRS zmiňuji v kapitole 1.5.1.

Tabulka č. 2: Základní údaje dělené dle pohlaví:

	Pohlaví	N	Průměr	SD	Rozsah	Minimum	Maximum
Věk	Muž	56	42.29	10.21	40.00	21.00	61.00
	Žena	26	37.08	7.93	25.00	25.00	50.00
skóre Z	Muž	56	3.90	0.99	4.00	1.00	5.00
	Žena	26	3.98	0.62	2.00	3.00	5.00
skóre OR	Muž	56	3.58	0.48	2.00	2.57	4.57
	Žena	26	3.36	0.77	2.57	2.43	5.00
skóre SR	Muž	56	3.66	0.75	2.71	2.29	5.00
	Žena	26	3.58	0.65	2.14	2.86	5.00

Tabulka č. 2 nám ukazuje, že mezi respondenty byli muži od 21 do 61 let (s průměrným věkem kolem 42 let) a ženy od 25 do 50 let (s průměrný věkem kolem 37 let). Pozoruhodný je pak především rozdíl v rozsahu věku respondentů a respondentek (40 u mužů a 25 u žen).

Průměr *skóre Z, skóre OR* i *skóre SR* se jak u mužů, tak u žen pohybuje v rozmezí *střední resilience* (3–4,3; Smith et al. 2013). Největší deviaci lze nalézt u *skóre Z* mužů (SD = 0,99), kde je rovněž i nejvyšší rozsah hodnot (4) a nejnižší minimum hodnot (1). Dle tabulky je patrné, že ani jedna žena neskórovala nejnižším možným skóre zázemí, zatímco u mužů se takové skóre najde. Naopak, dle průměru (3,98) je vidět, že skóre se pohybuje spíše ve vyšších hodnotách, a to v nepatrně vyšších hodnotách než u mužů, kde průměr skóre činí 3,90.

Kromě rozdílu ve *skóre Z* je také pozoruhodný opačný trend v průměrných hodnotách *skóre OR* a *skóre SR* mezi muži a ženami. Muži dosahují o něco vyšších hodnot než ženy, a to jak v případě *skóre OR* s rozdílem 0,22, tak i v případě *skóre SR* s rozdílem 0,08. Je třeba zdůraznit, že směrodatná odchylka je u *skóre OR* vyšší u žen (rozdíl 0,29), zatímco u *skóre SR* je rozdíl zase nepatrně vyšší u mužů (rozdíl 0,10).

Tabulka č. 3: Rozdělení vzorku dle pohlaví a délky praxe:

Praxe	Pohlaví	N	% z celku
méně než rok	Muž	4	4.9 %
	Žena	2	2.4 %
do 5 let	Muž	12	14.6 %
	Žena	6	7.3 %
5 až 10 let	Muž	14	17.1 %
	Žena	12	14.6 %
více než 10 let	Muž	26	31.7 %
	Žena	6	7.3 %

Pro plnější představení výzkumného vzorku se krátce zaměříme na rozdělení vzorku podle délky praxe na stávající pozici[5]. Jak ukazuje tabulka č. 3, většinu respondentů (n = 26) – přibližně 31 % z celkového počtu respondentů – tvořili muži s více než desetiletou praxí. Nejmenší skupinou (n = 2) pak byly ženy s méně než jednoroční praxí. Jednoduchými součty pak zjistíme, že největší skupinou, bez ohledu na pohlaví, byli respondenti s více než desetiletou praxí (n = 32). Nejmenší skupinu, bez ohledu na pohlaví, pak tvořili respondenti s méně než rokem praxe (n = 6).

2.3.2. Vztah mezi zázemím a sociální resiliencí

Tabulka č. 4: Vztah mezi skóre zázemí a skóre sociální resilience:

		skóre Z	skóre SR
skóre Z	Spearmanovo ρ	—	
	p	—	
skóre SR	Spearmanovo ρ	0,56 ***	—
	p	< 0,001	—

H_a je pozitivní korelace

* p < 0,05; ** p < 0,01; *** p < 0,001

Tabulka č. 4 ukazuje zjištěnou intenzitu vztahu mezi skóre zázemí a skóre sociální resilience. Pro zjištění tohoto vztahu byl použit Spearmanův rankový korelační koeficient.

[5] Pozn. Autora: V původním návrhu jsme zahrnuli podmínku minimálně pětileté praxe na stávající pracovní pozici, která byla z důvodu nízkého počtu respondentů vynechána. Pro získání přesnějších informací o zkušenějších policistech doporučuji budoucím výzkumníkům pracovat s touto či podobnou podmínkou.

Korelační koeficient (Spearmanovo ρ = 0,56) naznačuje středně silnou pozitivní korelaci mezi *skóre Z* a *skóre SR*. To znamená, že se zvyšujícím se skóre zázemí se pravděpodobně zvyšuje i skóre sociální resilience, a naopak. Hodnota p (< 0,001) je menší než zvolená hladina významnosti (p = 0,05), což znamená, že výsledky jsou statisticky velmi významné a existuje tak velmi nízká pravděpodobnost, že by tento výsledek byl náhodný.

2.3.3. Vztah mezi sociální resiliencí a osobní resiliencí

Tabulka č. 5: Vztah mezi skóre sociální resilience a skóre osobní resilience:

		skóre SR	skóre OR
skóre SR	Spearmanovo ρ	—	
	p	—	
skóre OR	Spearmanovo ρ	0,58 ***	—
	p	< 0,001	—

H_a je pozitivní korelace

* p < 0,05; ** p < 0,01; *** p < 0,001

Pro potvrzení druhé hypotézy byl opět použit Spearmanův rankový korelační koeficient. Stejně jako u předchozí analýzy můžeme i zde vidět, že existuje středně pozitivní korelace mezi *skóre SR* a *skóre OR* (Spearmanovo ρ = 0,58). Výsledky jsou opět statisticky velmi významné (p = < 0,001) a lze říct, že pravděpodobně nejde o náhodný výsledek.

2.3.4. Genderové rozdíly v osobní a sociální resilienci

Tabulka č. 6: Genderové rozdíly v míře osobní a sociální resilience:

		Statistika	p
skóre OR	Mann-Whitneyho U	518,00	0,03
skóre SR	Mann-Whitneyho U	634,00	0,34

H_a $\mu_{Muž} \neq \mu_{Žena}$

Tabulka č. 6 ukazuje výsledky Mann-Whitneyho U testu pro porovnání skóre osobní resilience a skóre sociální resilience mezi muži a ženami. Statistika U pro *skóre OR* je 518,00 s p-hodnotou 0,03, zatímco pro *skóre SR* je statistika U 634,00 s p-hodnotou 0,34. Při standardní hladině významnosti (p = 0,05) můžeme zamítnout nulovou hypotézu

(H_0: μ Muž = μ Žena) pro *skóre OR*, což naznačuje statisticky významný rozdíl mezi muži a ženami v míře osobní resilience (p = 0,03). Naopak, pro skóre SR nebyl nalezen statisticky významný rozdíl mezi pohlavími (p = 0,34).

3. Diskuze

3.1. Shrnutí hlavních zjištění

V této studii jsem se zaměřil na zkoumání vztahů mezi vnímanou kvalitou zázemí, sociální a osobní resiliencí příslušníků Policie České republiky a rozdíly v osobní a sociální resilience mezi pohlavími. Na základě výsledků analýzy lze konstatovat následující:

Zjištění plynoucí z tohoto průzkumu jednoznačně podporují hypotézu H_1, která předpokládala pozitivní korelaci mezi vnímanou kvalitou zázemí a mírou sociální resilience. Datová analýza potvrdila existenci pozitivní korelace mezi vnímanou kvalitou zázemí (*skóre Z*) a mírou sociální resilience (*skóre SR*) u příslušníků PČR. Spearmanův rankový korelační koeficient ($\rho = 0,56$) naznačuje středně silnou, statisticky významnou ($p < 0,001$) pozitivní korelaci mezi těmito dvěma proměnnými, což podporuje přijetí hypotézy H_1. Tento výsledek ukazuje, že kvalita prostředí, ve kterém příslušníci PČR pracují, může pozitivně ovlivňovat jejich schopnost adaptace a odolnosti vůči sociálním vlivům a stresovým situacím.

Další analýza potvrdila hypotézu H_2, která se týká vztahu mezi sociální resiliencí a osobní resiliencí u příslušníků PČR. Spearmanův korelační koeficient ($\rho = 0,58$) opět naznačuje středně silnou, statisticky velmi významnou ($p < 0,001$) pozitivní korelaci mezi sociální resiliencí a osobní resiliencí příslušníků PČR. Tento nález poukazuje na to, že jedinci s vyšší sociální resiliencí pravděpodobně vykazují i vyšší úroveň osobní resilience, což je klíčové pro jejich schopnost efektivně zvládat náročné situace a stres.

V rámci analýzy pomocí Mann-Whitneyho U testu jsme dále identifikovali statisticky významný rozdíl v míře osobní resilience mezi mužskými a ženskými příslušníky PČR ($p = 0,03$). Tento výsledek naznačuje, že muži a ženy v tomto ohledu vykazují rozdílné úrovně osobní resilience, což je důležité pro porozumění genderovým rozdílům v oblasti zvládání stresu a adaptability, především pak v kontextu bezpečnostních složek.

Na druhou stranu, Mann-Whitneyho U test neprokázal žádný statisticky významný rozdíl v míře sociální resilience mezi mužskými a ženskými příslušníky PČR ($p = 0,34$). To znamená, že v hladině sociální resilience nebyly mezi pohlavími zjištěny žádné signifikantní rozdíly a hypotézu H_4 tedy nemůžeme potvrdit.

Výše uvedené výsledky naznačují, že kvalita zázemí může hrát důležitou roli ve vývoji sociální a osobní resilience příslušníků PČR. Tento poznatek může mít praktické implikace pro podporu a zlepšení psychologické odolnosti v této profesní skupině.

3.2. Srovnání s předchozím výzkumem

Výsledky této studie poskytují několik zajímavých zjištění, které lze porovnat s předchozím výzkumem v oblasti resilience.

Zjištěná pozitivní korelace mezi vnímanou kvalitou zázemí a mírou sociální resilience je v souladu s předchozími zahraničními studiemi. Liu et al. (2013) a Miller et al. (2017) poukazují na význam vnímané organizační a kolegiální podpory při zvládání stresu a negativních emocí. V mé studii byl tento vztah potvrzen u příslušníků PČR, což naznačuje, že kvalitní pracovní prostředí může významně přispět k lepší adaptabilitě a odolnosti vůči sociálním vlivům a stresovým situacím.

Výsledky datové analýzy ukázaly středně silnou pozitivní korelaci mezi sociální a osobní resiliencí ($\rho = 0{,}58$), což naznačuje, že jedinci s vyšší sociální resiliencí vykazují i vyšší úroveň osobní resilience. Toto zjištění je v souladu s předchozími výzkumy, které zdůrazňují význam sociální podpory pro celkovou psychologickou odolnost (Janssens et al., 2021; Paton & Violanti, 2008). Silná sociální podpora, jak ze strany organizace, tak kolegů, může hrát klíčovou roli v posilování osobní odolnosti a resilience obecně, což naznačují i výsledky této studie. Respondenti navíc v průměru skórovali v horní polovině úrovně resilience (3,51 z maximálních 5), což koresponduje se zjištěními zmiňované nizozemské studie (van der Meulen, van Veldhoven & van der Velden, 2019).

Jak jsem již zmínil (viz kapitola 1.4.), tak existence genderových rozdílů v resilienci není zcela jednoznačná. Tento výzkum identifikoval statisticky významný rozdíl v míře osobní resilience mezi mužskými a ženskými příslušníky PČR, přičemž muži zde vykazovali vyšší úroveň osobní resilience. Toto zjištění koresponduje s výsledky zmiňované turecké kvantitativní studie (Erdogan, Ozdogan, Erdogan, 2015), kde respondenti vykazovali vyšší úroveň resilience než respondentky. Je však nutné poznamenat, že se jedná o kulturně odlišný a věkově omezenější vzorek, což činí srovnání méně přesné a vypovídající. Na druhou stranu, Kogar & Uslu (2021) ve své metaanalýze řady studií zabývajících se genderovými rozdíly v úrovni psychologické resilience zjistily, že ženy mají v průměru mírně vyšší úroveň psychologické odolnosti než muži. Výsledky mé studie tak přispěly k vědění o tématu s velmi nejednoznačnými výsledky, kde důležitou roli hraje kontext a které je potřeba dále zkoumat.

I když nešlo přímo o cíl práce, považuji za užitečné se zastavit u tématu stability resilience a způsobu, jakým výsledky této práce přispěly k vědění o této problematice.

Zatímco některé zahraniční studie naznačují, že resilience může být stabilní vlastností (van der Meulen, van Veldhoven & van der Velden, 2019), zjištění této studie ve spojení s dalšími faktory (jako je kvalita zázemí) naznačují, že resilience může být ovlivněna i vnějším prostředím. Talavera-Velasco et al. (2021) zjistili, že delší praxe v policejním sboru může být spojena s nižší mírou resilience, což naznačuje, že resilience není nutně stabilní a může se měnit v závislosti na pracovních podmínkách a zkušenostech. Výsledky této práce podporují tuto dynamickou povahu resilience.

3.3. Limity výzkumu

Každá výzkumná metoda má své přednosti i omezení, a proto je důležité tyto limity uznat a zohlednit při interpretaci výsledků. Jisté limity nese zvolená výzkumná metoda. Je důležité podotknout, že kvantitativní výzkumné metody, které jsou často preferovány pro své nízké či dokonce žádné finanční nároky, objektivitu, jednoduchost distribuce a relativně jednoduchou analýzu a zobecnitelnost, mají také své nedostatky, které by neměly být opomenuty. Mezi hlavní omezení kvantitativních metod patří jejich omezená schopnost zachytit složitost a bohatost lidských zkušeností a chování. Tyto metody se zaměřují převážně na měřitelné a pozorovatelné proměnné, což může vést k výsledkům, které jsou příliš zobecněné a nedokážou plně reflektovat individuální rozdíly a kontext daného jevu.

I když kvantitativní výzkumné metody mohou poskytnout užitečné a objektivní informace, není vhodné se spoléhat výhradně na ně, pokud je naším cílem dosáhnout hlubšího pochopení zkoumané skutečnosti. Pro dosažení komplexního a multidimenzionálního pohledu je nezbytné doplnit kvantitativní přístup dalšími výzkumnými metodami, které umožní získat bohatší a podrobnější informace o subjektivních prožitcích, motivacích, hodnotách a kontextu, které ovlivňují lidské chování. Kombinace kvantitativních a kvalitativních metod může vést ke komplementárnímu přístupu, který umožňuje dosáhnout synergie mezi objektivními daty a hlubším porozuměním lidského prožívání a jednání a prezentovat tak plnější obraz reality.

I přesto, že dotazníky byly cíleny na policisty v aktivní službě a že jejich distribuce byla řešena tak, že se mohly dostat pod ruce pouze policistům, nelze přehlédnout skutečnost, že nebylo možné zajistit, že všechny dotazníky budou skutečně vyplněné pouze policisty v aktivní službě. Limity může nést i nezaměřený charakter výběru vzorku. Není pochyb, že služba v některých městech, krajích či celkově oblastech může být pro policisty rizikovější

a víc stresující než služba v městech jiných. O tom ostatně svědčí i oficiální statistiky PČR, podle kterých je za rok 2022 počet registrovaných trestných činů a přestupků největší v Praze (celkem 201 922 registrovaných trestných činů a přestupků) a nejmenší v Karlovarském kraji (53 796), přičemž tyto poměry jsou podobné i v předchozích letech[6]. Rovněž je nutné si připomenout, že různé služby PČR mají různé náplně práce a že u některých je vyšší pravděpodobnost střetu se stresující či jinak obtížnou situací nebo obdobím, ve kterém je resilience relevantní; například fyzickými útoky a vyhrožováním jsou nejvíc ohroženi policisté pořádkové policie (Ježková, 2013). Vzhledem k tomu, že dotazníky mohli vyplnit policisté z různých koutů České republiky a různých služeb PČR, musíme přihlédnout k tomu, že výsledky výzkumu nepodávají informace o regionální nebo specifické situaci (například o specifické službě, městě či kraji), nýbrž o situaci obecnější.

3.3.1. Limity škály BRS

Je důležité poznamenat, že i přes nezpochybnitelnou hodnotu a prokázanou spolehlivost a platnost škály BRS jako metody měření resilience (Smith et al., 2018; Pangallo et al., 2015; Fung, 2020; Windle, Bennett & Noyes, 2011), nemůžeme přehlédnout její omezení a potenciální problémy, které mohou vyplynout z jejího praktického využití. Je tedy nezbytné neopominout diskuzi o těchto limitech, neboť reflektování těchto omezení může mimo jiné napomoci k lepšímu porozumění a interpretaci výsledků.

BRS je samohodnotící (self-reportová) škála, což znamená, že se spoléhá na subjektivní hodnocení vlastní resilience. Není pochyb, že sebehodnocení může být ovlivněno různými faktory, jako je například momentální nálada, nebo i stálejšími faktory, jako je například osobnost respondenta, což může ovlivnit přesnost odpovědí. Výzkum self-reportových škál také ukázal, že lidé mají často tendenci v situacích, kdy je po nich požadováno hodnocení vlastních schopností a vlastního zdraví, sebe sama přeceňovat (Dunning, Heath & Suls, 2004). Dále je nutno podotknout, že BRS měří pouze jeden aspekt resilience – schopnost „odrazit se“ od stresu. Neposuzuje další aspekty resilience, které bychom mohli označit za důležité, jako je například schopnost přizpůsobit se změnám nebo schopnost udržovat pozitivní emoční rozpoložení v náročných obdobích. BRS rovněž

[6] Zdroj: https://kriminalita.policie.cz/

nezohledňuje situační faktory, které mohou ovlivnit resilienci, jako je sociální podpora, přístup ke zdrojům nebo vystavení traumatu.

Některé studie vypovídají o tom, že i přes snahy o její eliminaci (Smith et al., 2008) může být BRS do různé míry ovlivněna zkreslující tendencí odpovídat sociálně žádoucím způsobem – tzv. *„social desirability bias“* (například Latkin et al., 2017). Místo skutečných odpovědí tak můžou respondenti odpovídat způsobem, o kterém si myslí, že je společensky přijatelný, a to i přes upozornění na následné anonymizování odpovědí. Sebehodnotící studie tak mohou produkovat neúplná či zkreslená zjištění, a je proto nutné při práci s nimi postupovat obezřetně.

4. Závěr

Cílem této práce bylo zjistit vztah mezi hodnocením svého osobního a pracovního zázemí a mírou sociální resilience příslušníků PČR, vztah mezi mírou sociální resilience a osobní resilience příslušníků PČR a nakonec zjistit, zda existují rozdíly v průměrné míře osobní a sociální resilience mezi policisty a policistkami. Pracoval jsem s předpokladem, že existuje pozitivní korelace mezi vnímanou kvalitou zázemí a mírou sociální resilience a rovněž pozitivní korelace mezi sociální a osobní resiliencí respondentů. Dále jsem předpokládal významné rozdíly v míře osobní resilience a míře sociální resilience policistů a policistek.

Výsledky, které byly získány pomocí dotazníkového šetření, potvrdily, že vnímaná kvalita zázemí pozitivně koreluje s mírou sociální resilience, což naznačuje, že pracovní prostředí hraje klíčovou roli v adaptabilitě a odolnosti vůči stresovým situacím. Dále bylo zjištěno, že existuje pozitivní korelace mezi sociální a osobní resiliencí, což podtrhuje význam sociální podpory pro celkovou psychologickou odolnost. Výzkum rovněž odhalil genderové rozdíly v míře osobní resilience, kdy muži vykazovali vyšší úroveň osobní resilience než ženy. Tato zjištění jsou v souladu s některými předchozími studiemi, avšak je důležité zvážit kulturní a kontextuální odlišnosti, které mohou výsledky ovlivnit, a obecnou nejednoznačnost výsledků plynoucích z předchozích studií.

Limity této studie zahrnují použití kvantitativních metod, které mohou být méně schopné zachytit složitost lidských zkušeností a chování. Dále je třeba brát v úvahu, že škála BRS, která byla použita k měření resilience, se spoléhá na subjektivní hodnocení respondentů, což může ovlivnit přesnost výsledků.

4.1. Doporučení pro praxi a budoucí výzkum

Na základě výsledků datové analýzy se nabízí několik klíčových doporučení pro praktické využití studia resilience a doporučení pro další vědecký výzkum v oblasti resilience u příslušníků PČR a policejních složek obecně.

V rámci **praktického** využití těchto a podobných poznatků je důležité zamyslet se nad možnostmi **zlepšení pracovního prostředí policistů**. Vzhledem k pozitivní korelaci mezi vnímanou kvalitou zázemí a sociální resiliencí může být klíčové:

a) **Investovat do zlepšení pracovních podmínek policistů**. To může zahrnovat optimalizaci organizačních procesů, zajištění dostatečné podpory a komunikace mezi členy týmu a managementem, a poskytování adekvátních pracovních nástrojů a prostředků.
b) **Posílení psychologických a jiných podpůrných služeb pro příslušníky PČR**. To zahrnuje nejen dostupnost krizové intervence, ale také systematické tréninky na zvládání stresu a strategie pro podporu mentálního zdraví.
c) **Rozšiřovat vzdělávací programy zaměřené na rozvoj osobní a sociální resilience**. To může přispět k posílení schopností policistů v adaptaci na změny a krizové situace. Může jít o různé kurzy zaměřené na komunikační dovednosti, týmovou spolupráci a strategie pro řešení konfliktu.

V neposlední řadě se nabízí také několik doporučení pro **budoucí výzkum** v této oblasti. Další výzkum by mohl důkladněji prozkoumat například:

a) **Specifické faktory pracovního prostředí ovlivňující resilienci policistů**. Lze sem zařadit například studie zaměřené na organizační kulturu, podporu nadřízených a jejich vliv na mentální pohodu a pracovní výkon policistů.
b) **Rozdíly v resilienci mezi dalšími bezpečnostními složkami**. Srovnání úrovně resilience může poskytnout cenné poznatky o specifických výzvách a potřebách jednotlivých složek, což může být klíčové pro optimalizaci strategií podpory a výcviku v rámci celého bezpečnostního sektoru.
c) **Resilienci z dlouhodobé perspektivy**. Dlouhodobé sledování resilience policistů by umožnilo pochopení dlouhodobých efektů změn v pracovním prostředí a intervenčních programů na jejich psychologické a profesní blaho. Takové studie by mohly přispět k navrhování dlouhodobě udržitelných strategií podpory a prevence vyhoření v této profesní skupině.
d) Vliv věku a/nebo délky praxe na resilienci a coping policistů. Srovnání resilience různě starých a/nebo zkušených policistů a efektivity a výběru jejich copingových strategií může přinést dodatečné poznatky, které lze uplatnit například při optimalizaci výcviku či podpůrných programech.

Obecná doporučení pro budoucí výzkum:

V rámci obecnějších doporučení pro další výzkum resilience v oblasti bezpečnostních složek je důležité nejprve zdůraznit, že tato studie je, už jen vzhledem ke své kvantitativní povaze, velmi okrajová a obecná a slouží pouze jako základní průzkum či jakýsi úvod do této problematiky. K hlubšímu porozumění konceptu resilience v kontextu bezpečnostních složek je zapotřebí použít komplexnější kvantitativní či kombinované metody. Především pak u sociální resilience je potřeba využít interdisciplinárních poznatků a vytvořit multidimenzionální, dynamické modely k detailnějšímu zkoumání konceptu sociální resilience.

Téma resilience, zejména pak *psychické* odolnosti, je, dle mého názoru, vysoce důležitým objektem zkoumání, a to především u složek a organizací, jejichž členové, jakožto „první linie obrany“, můžou čelit jak regionálním, tak globálnějším krizovým situacím, ve kterých je resilience klíčová. Osobně si myslím, že tomuto tématu by se mělo v tuzemských vědeckých kruzích věnovat více pozornosti a hloubky a věřím, že tomu tak jednou skutečně bude.

5. Použitá literatura a zdroje

ADGER, W. N. (2000). Social and Ecological Resilience: Are They Related?. Progress in Human Geography, 24, 347–364.

ANDERSEN, J., PAPAZOGLOU, K., NYMAN, M., KOSKELAINEN, M., & GUSTAFSBERG, H. (2015). Fostering Resilience among the Police. The Journal of Law Enforcement, 5. 1–13.

ANTHONY, E. J. (1974). The syndrome of the psychologically invulnerable child. In ANTHONY, E. J., & KOUPERNIK, C. (Eds.). The child and his family. Children at psychiatric risk, 3, 529–544

ANTONOVSKY, A. (1987). Unraveling the mystery of health: How people manage stress and stay well.

BANDURA, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. Psychological Review, 84(2), 191–215.

BAUMGARTNER, F., & ADAMKOVÁ, F. (2003). Vzťahy kvantitatívnej a kvalitatívnej stránky sociálnej opory a postupov zvládania záťaže. In BLATNÝ, M., SVOBODA, M., RUSIEL, I., VÝROST, J. (Eds.) (2003). Sociální procesy a osobnost: sborník příspěvků. Brno: Psychologický ústav AV ČR v Brno a Sdružení SCAN, 5-10.

BENARD, B. (1995). Fostering Resilience in children. ERIC Digest.

BERGER, W., COUTINHO, E. S. F., FIGUEIRA, I., MARQUES-PORTELLA, C., LUZ, M. O., NEYLAN, T. C., MARMAR, C. R., & VITOR, M. (2011) Rescuers at risk: a systematic review and meta-regression analysis of the worldwide current prevalence and correlates of PTSD in rescue workers. Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol 47, 1001–1011.

BLOCK, J., & KREMEN, A. M. (1996). IQ and ego-resiliency: Conceptual and empirical connections and separateness. Journal of Personality and Social Psychology, 70, 349–361.

BODAS, M., PELEG, K., STOLERO, N., & ADINI, B. (2022). Understanding Societal Resilience – Cross-Sectional Study in Eight Countries. Frontiers in Public Health, 10, 883281.

BRODIE, P. J., & EPPLER C. (2012). Exploration of Perceived Stressors, Communication, and Resilience in Law-Enforcement Couples. Journal of Family Psychotherapy, 23:1, 20-41.

CACIOPPO, J. T., REIS, H. T., & ZAUTRA, A. J. (2011). Social resilience. American Psychologist, 66(1), 43–51.

CONNOR, K. M., & DAVIDSON, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). Depression and anxiety, 18(2), 76–82.

CUTHILL, M., ROSS, H., MACLEAN, K., OWENS, K. & WITT, B. (2008). Reporting Social Outcomes of Development: An Analysis of Diverse Approaches.The International Journal of Interdisciplinary Social Science, 3, 145–158

DE HOOG, N., REITSEMA-HEIDEMA, O. M., & DE SNOO, T.-P. (2023). Mindfulness for the Mental Resilience of Police Officers: A systematic Review and Meta-Analysis. PsychArchives.

DUNNING, D., HEATH, C., & SULS, J. M. (2004). Flawed self-assessment: Implications for health, education, and the workplace. Psychological science in the public interest, 5(3), 69–106.

ERDOGAN, E., OZDOGAN, O., & ERDOGAN, M. (2015). University Student's Resilience Level: The Effect of Gender and Faculty. Procedia – Social and Behavioral Sciences, 186, 1262–1267.

FUNG S.-F. (2020). Validity of the Brief Resilience Scale and Brief Resilient Coping Scale in a Chinese Sample. Int J Environ Res Public Health, 17(4), 1265.

HAAVIK, T. (2020). Societal resilience – Clarifying the concept and upscaling the scope. Safety Science, 132, 104964.

HART, P. M, WEARING, A. J., & HEADEY, B. (1995) Police stress and well-being: Integrating personality, coping and daily work experiences. Journal of occupational and organizational psychology, 68(2), 133-156.

JANSSENS, K. M. E., VAN DER VELDEN, P. G., TARIS, R., & VAN VELDHOVEN, M. J. P. M. (2021). Resilience among police officers: A critical systematic review of used concepts, measures, and predictive values of resilience. Journal of Police and Criminal Psychology, 36(1), 24–40.

JEŽKOVÁ, I. (2013). Násilí proti policistům při služebních zákrocích. Získáno 1. května 2023 z https://www.policie.cz/clanek/nasili-proti-policistum-pri-sluzebnich-zakrocich.aspx

KEBZA, V., & ŠOLCOVÁ, I. (2008). Hlavní koncepce psychické odolnosti. Československá Psychologie: Časopis pro Psychologickou Teorii a Praxi, 52(1), 1–19.

KECK, M., & SAKDAPOLRAK, P. (2013). What Is Social Resilience? Lessons Learned and Ways Forward. Erdkunde, 67, 5-18.

KIMHI, S., & SHAMAI, M. (2004). Community Resilience and the Impact of Stress: Adult Response to Israel's Withdrawal from Lebanon. Journal of Community Psychology, 32, 439–451.

KOGAR, E. Y., & USLU, A. G. (2021). A Meta-Analysis Study on Gender Differences in Psychological Resilience Levels. Cyprus Turkish Journal of Psychiatry and Psychology, 3, 132–143.

LATKIN, C. A., EDWARDS, C., DAVEY-ROTHWELL, M. A., & TOBIN, K. E. (2017). The relationship between social desirability bias and self-reports of health, substance use, and social network factors among urban substance users in Baltimore, Maryland. Addictive behaviors, 73, 133–136.

LAZARUS, R. S., & FOLKMAN, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. New York: Springer.

LETZRING, T. D., BLOCK, J., & FUNDER, D. C. (2005). Ego-control and ego-resiliency: Generalization of self-report scales based on personality descriptions from acquaintances, clinicians, and the self. Journal of Research in Personality, 39(4), 395–422.

LI, F., LUO, S., MU, W., LI, Y., YE, L., ZHENG, X., XU, B., DING, Y., LING, P., ZHOU, M., & CHEN, X. (2021). Effects of sources of social support and resilience on the mental health of different age groups during the COVID-19 pandemic. BMC Psychiatry 21, 16.

LINDSAY, V. (2008). Police officers and their alcohol consumption: should we be concerned? Police Q, 11(1), 74–87.

LIU, L., HU, S., WANG, L., SUI, G., & MA, L. (2013). Positive resources for combating depressive symptoms among Chinese male correctional officers: perceived organizational support and psychological capital. BMC Psychiatry, 13, 89.

LUTHANS, F., LUTHANS, K. W., & LUTHANS, B. C. (2004). Positive psychological capital: Beyond human and social capital. Business Horizons, 47 (1), 45–50.

LUTHANS, F., VOGELGESANG, G. R., & LESTER, P. B. (2006). Developing the psychological capital of resilience. Human Resource Development Review, 5 (1), 25–44.

MACLEAN, K, CUTHILL, M., & ROSS, H. (2014). Six attributes of social resilience. Journal of environmental planning and management, 57(1), 144–156.

MACLEAN, K. (2004). Resilience: What it is and how children and youth people can be helped to develop it. CYC-Online, 62. [cit. 2023-05-04 z http://www.cyc-net.org/cyc-online/cycol-0304-resilience.html].

MADDI, S. R., & KHOSHABA, D. M. (2005). Resilience At Work: How To Succeed No Matter What Life Throws At You.

MAGUIRE, B. & HAGAN, P. (2007). Disasters and Communities: Understanding Social Resilience. The Australian Journal of Emergency Management, 22.

MASTEN, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience in development. American Psychologist, 3, 227-238.

MASTEN, A. S. (2011). Resilience in children threatened by extreme adversity: Frameworks for research, practice, and translational synergy. Development and Psychopathology, 23 , 493–506.

MCCANLIES, E. C., MNATSAKANOVA, A., ANDREW, M. E., BURCHFIEL, C. M., & VIOLANTI, J. M. (2014). Positive psychological factors are associated with lower PTSD symptoms among police officers: post hurricane Katrina. Stress Health, 30(5), 405–415.

MILLER, A., UNRUH, L., WHARTON, T.,¨LIU, X., & ZHANG, N. (2017). The relationship between perceived organizational support, perceived coworker support, debriefing and professional quality of life in Florida law enforcement officers. International Journal of Police Science & Management, 19.

MOYA, J., & GOENECHEA, M. (2022). An Approach to the Unified Conceptualization, Definition, and Characterization of Social Resilience. International Journal of Environmental Research and Public Health, 19(9), 5746.

NOVOTNÝ, J. S. (2010). Resilience dnes: teoretické koncepce, nedostatky a implikace. Československá Psychologie, 54, 89–102.

NOVOTNÝ, J. S. (2014). Resilience versus „resilientní jedinec“: co vlastně zkoumáme? Psychologie a Její Kontexty, 5(1), 3–14.

PANGALLO, A., ZIBARRAS, L., LEWIS, R., & FLAXMAN, P. (2015). Resilience through the lens of interactionism: A systematic review. Psychological Assessment, 27(1), 1–20.

PATON, D., & VIOLANTI, J. M. (2008). Law enforcement response to terrorism: The role of the resilient police organization. International Journal of Emergency Mental Health, 10(2), 125–135.

PATON, D., VIOLANTI, J. M., JOHNSTON, P., BURKE, K. J., CLARKE, J., & KEENAN, D. (2008) Stress shield: a model of police resiliency. Int J Emerg Ment Health, 10(2), 95–107.

POLK, L. V. (1997). Toward Middle Range Theory of Resilience. Advances in Nursing Science, 19 (3), 1–13.

RODRÍGUEZ-REY, R., ALONSO-TAPIA, J., & HERNANSAIZ-GARRIDO, H. (2016). Reliability and validity of the Brief Resilience Scale (BRS) Spanish Version. Psychological Assessment, 28(5), 101–110.

ROTTER, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. Psychological Monographs: General and Applied, 80(1), 1–28.

SLAVEN, J. E., MNATSAKANOVA, A., BURCHFIEL, C. M., SMITH, L. M., CHARLES, L. E., ANDREW, M. E., GU, J. K., MA, C., FEKEDULEGN, D.,& VIOLANTI, J. M. (2011) Association of sleep quality with depression in police officers. Int J Emerg Ment Health, 13(4), 267–77.

SMITH, B., DALEN J., WIGGINS, K., TOOLEY, E., CHRISTOPHER, P., & BERNARD, J. (2008). The Brief Resilience Scale: Assessing the Ability to Bounce Back. International journal of behavioral medicine, 15(3), 194–200.

SMITH, B., EPSTEIN, E., ORTIZ, J., CHRISTOPHER, P., & TOOLEY, E. (2013). The Foundation of Resilience: What Are the Critical Resources For Bouncing Back From Stress?. In PRINCE-EMBURY, S., & SAKLOFSKE, D. (2013). Resilience in Children, Adolescents, and Adults: Translating Research into Practice.

SPREITZER, G., SUTCLIFFE, K., DUTTON, J., SONENSHEIN, S., & GRANT, A. M. (2005). A Socially embedded model of thriving at work. Organization Science, 16 (5), 537–549.

STANLEY, I. H., HOM, M. A., & JOINER, T. E. (2016). A systematic review of suicidal thoughts and behaviors among police officers, firefighters, EMTs, and paramedics. Clin Psychol Rev, 44, 25–44.

STEPHENS, C., LONG, N., & MILLER, N. (1997). The impact of trauma and social support on posttraumatic stress disorder. Journal of Criminal Justice, 25, 303–314.

STINCHCOMB, J. B. (2004). Searching for stress in all the wrong places: Combating chronic organizational stressors in policing. Police Practice and Research, 5: 259–277.

TALAVERA-VELASCO B., LUCEÑO-MORENO L., GARCÍA-ALBUERNE, Y., & MARTÍN-GARCÍA J. (2021). Perception of Health, Resilience, and Engagement in Spanish Police Officers During the COVID-19 Pandemic. Psicothema, 33(4), 556–563.

UNGAR, M. (2006): Nurturing Hidden Resilience in At-Risk Youth in Different Cultures. Journal of the Canadian Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 15 (2), 53–58.

UNGAR, M., & LIEBENBERG, L. (2011). Assessing Resilience across Cultures Using Mixed-Methods: Construction of the Child and Youth Resilience Measure-28. Journal of Mixed-Methods Research, 5 (2), 126–149.

UNGAR, M., LIEBENBERG, L., BOOTHROYD, R., KWONG, W. M., LEE, T. Y., LEBLANC, J. C., DUQUE, L., & MAKHNACH, A. (2008). The Study of Youth Resilience across Cultures: Lessons from a Pilot Study of Measurement Development. Research in Human Development, 5 (3), 166–180.

VAN DER MEULEN, E., VAN VELDHOVEN, M. J. P. M., & VAN DER VELDEN, P. G. (2019). Stability of psychological resilience of police officers: A three-wave latent class analysis. Personality and Individual Differences, 144, 120–124.

VAN DER VELDEN, P. G., KLEBER, R. J., GRIEVINK, L., & YZERMANS, C. J. (2010). Confrontations with aggression and mental health problems in police officers: the role of organizational stressors, life-events and previous mental health problems. Psychol Trauma Theory Res Pract Policy, 2, 135–144.

VIOLANTI, J. M., & ARON, F. (1995). Police stressors: Variations in perception among police personnel. Journal of Criminal Justice, 23(3), 287–294.

WIIG, S., & FAHLBRUCH, B. (2019). Exploring Resilience: a scientifc journey from practice to theory. Cham, Springer International Publishing. ISBN 978-3-030-03188-6.

WINDLE, G., BENNETT, K. M., & NOYES, J. (2011). A methodological review of resilience measurement scales. Health Qual Life Outcomes 9, 8.

WINFIELD, L. F. (1994). Developing resilience in urban youth. North Central Regional Educational Laboratory.

WRIGHT, M. O. D., MASTEN, A. S., & NARAYAN, A. J. (2012). Resilience processes in development: Four waves of research on positive adaptation in the context of adversity. Handbook of Resilience in Children, 15–37

6. Přílohy

Příloha č. 1: Informovaný souhlas a úvod k dotazníku

Osobní a sociální resilience příslušníků PČR (dotazníkové šetření)

Informovaný souhlas a úvod k dotazníku

Vážená respondentko, vážený respondente,

Následující dotazník je součástí bakalářského výzkumu osobní a sociální resilience (odolnosti) příslušníků PČR vedeného na Fakultě humanitních studií UK v Praze. Prosím o důkladné přečtení následujících informací. V případě jakýchkoliv nejasností mne můžete kontaktovat na níže zmíněném e-mailu.

Pro můj výzkum jsou klíčové dva pojmy: osobní resilience a sociální resilience. Resilience jako taková má v akademických sférách různé (avšak vždy velmi podobné) definice. Pro účely výzkumu jsem vybral následující definice. Pojmem „osobní resilience" se myslí *schopnost entity, jednotlivců, komunity nebo systému vrátit se do normálního stavu nebo fungování po výskytu události, která naruší jeho stav*. Pojem „sociální resilience" pak odkazuje na *způsob, jakým se jednotlivci, komunity a společnosti přizpůsobují, transformují a potenciálně se stávají silnějšími, když čelí environmentálním, sociálním, ekonomickým nebo politickým výzvám.*

Vaše účast spočívá ve vyplnění dotazníku, který Vám zabere přibližně **5 minut**. Dotazník je anonymní, a proto Vaše osobní údaje nebudou nikde zveřejněny. Data budou uchovávána pouze pod číselným kódem a v souladu s platným zákonem České republiky č. 101/2000 o ochraně osobních údajů v informačních systémech. Informace, které získáme prostřednictvím dotazníků, budou použita výhradně pro vědecké účely. Rizika v účasti na výzkumu jsou podobna běžné kancelářské práci, tedy minimální.

Věřím, že Vaše účast významným způsobem přispěje k rozšířením poznatků ve zkoumané oblasti, a proto bych Vás chtěl požádat o co nejpřesnější odpovědi. V otázkách, kde odpověď znázorňuje škála, označte příslušný stupeň odpovídající Vaší odpovědi – víc informací najdete u jednotlivých sekcí dotazníku.

Upozorňuji, že odpovědi na otázky jsou ze statistických důvodů nastaveny jako **povinné**. Pokud nechcete na některou z otázek odpovědět, můžete z dotazníku kdykoliv vystoupit - žádné vyplněné informace pak nebudou zaznamenány.

Děkuji,
Matěj Matouš,
student Fakulty humanitních studií UK v Praze.
e-mail: matysmatous@gmail.com

Souhlasím se zpracováním vyplněných informací: *

◯ Ano

Příloha č. 2: Základní demografické otázky a otázky k zázemí

Osobní a sociální resilience příslušníků PČR (dotazníkové šetření)

* Indicates required question

I) Základní demografické otázky

Vaše pohlaví: *

- Muž
- Žena

Váš věk: *

Your answer

Jak dlouho působíte na současné pracovní pozici? *

- méně než rok
- do 5 let
- 5 až 10 let
- více než 10 let

II) Otázky k zázemí

Následující tvrzení se zaměřují na to, jak vnímáte vaše rodinné zázemí a kolegiální prostředí. Vyjádřete, prosím, co nejupřímněji, nakolik s tvrzeními souhlasíte či nesouhlasíte.

Svoji odpověď vyjádřete pomocí stupnice 1-5 (1 = "Naprosto nesouhlasím", 5 = "Naprosto souhlasím").

1) Mám rodinné příslušníky, na které se mohu v případě těžkostí či v náročném období spolehnout. *

	1	2	3	4	5	
Naprosto nesouhlasím	○	○	○	○	○	Naprosto souhlasím

2) Mám přátele a blízké, na které se mohu v případě těžkostí či v náročném období spolehnout. *

	1	2	3	4	5	
Naprosto nesouhlasím	○	○	○	○	○	Naprosto souhlasím

3) Mám kolegy/ně, na které se mohu v případě těžkostí či v náročném období spolehnout. *

	1	2	3	4	5	
Naprosto nesouhlasím	○	○	○	○	○	Naprosto souhlasím

4) Mám dostatek zdrojů opory (finančních, doma, v práci), abych se dokázal/a vypořádat s náročnými situacemi. *
1 2 3 4 5
Naprosto nesouhlasím
Naprosto souhlasím
Back
Next
Page 2 of 4
Clear form
Never submit passwords through Google Forms.
This content is neither created nor endorsed by Google. Report Abuse - Terms of Service - Privacy Policy.
Google Forms

Příloha č. 3: Dotazník osobní resilience

Osobní a sociální resilience příslušníků PČR (dotazníkové šetření)

* Indicates required question

III) Osobní resilience

Následující tvrzení se zaměřují na to, jak reagujete na problémy, těžkosti či nepřízeň. Vyjádřete, prosím, co nejupřímněji, nakolik s tvrzeními o vaší osobě souhlasíte či nesouhlasíte.

Svoji odpověď vyjádřete pomocí stupnice 1-5 (1 = "Naprosto nesouhlasím", 5 = "Naprosto souhlasím").

1) Po náročných životních obdobích se většinou rychle vzpamatuji. *

	1	2	3	4	5	
Naprosto nesouhlasím	○	○	○	○	○	Naprosto souhlasím

2) Je pro mě těžké překonávat náročné události a období. *

	1	2	3	4	5	
Naprosto nesouhlasím	○	○	○	○	○	Naprosto souhlasím

3) Netrvá mi dlouho zotavit se z náročné situace. *

	1	2	3	4	5	
Naprosto nesouhlasím	○	○	○	○	○	Naprosto souhlasím

4) Když se stane něco zlého, je pro mě těžké vrátit se do „původního stavu". *

	1	2	3	4	5	
Naprosto nesouhlasím	○	○	○	○	○	Naprosto souhlasím

5) Těžkými časy většinou procházím bez zásadních potíží. *

	1	2	3	4	5	
Naprosto nesouhlasím	○	○	○	○	○	Naprosto souhlasím

6) S životními propady a těžkostmi se většinou vypořádávám dlouhou dobu. *

	1	2	3	4	5	
Naprosto nesouhlasím	○	○	○	○	○	Naprosto souhlasím

7) Považuji se za člověka, který je odolný, resilientní. *

	1	2	3	4	5	
Naprosto nesouhlasím	○	○	○	○	○	Naprosto souhlasím

Page 3 of 4

Back Next

Clear f

Příloha č. 4: Dotazník sociální resilience

Osobní a sociální resilience příslušníků PČR (dotazníkové šetření)

* Indicates required question

IV) Sociální resilience

Následující tvrzení se zaměřují na to, jak váš útvar reaguje na problémy, těžkosti či nepřízeň. Vyjádřete, prosím, co nejupřímněji, nakolik s tvrzeními o vašem útvaru souhlasíte či nesouhlasíte.

Svoji odpověď vyjádřete pomocí stupnice 1-5 (1 = "Naprosto nesouhlasím", 5 = "Naprosto souhlasím").

1) Po náročných obdobích se útvar, ve kterém pracuji, většinou rychle vzpamatuje. *

	1	2	3	4	5	
Naprosto nesouhlasím	○	○	○	○	○	Naprosto souhlasím

2) Pro útvar, ve kterém pracuji, je těžké překonávat náročné události a období. *

	1	2	3	4	5	
Naprosto nesouhlasím	○	○	○	○	○	Naprosto souhlasím

3) Útvaru, ve kterém pracuji, netrvá dlouho zotavit se z náročné situace. *

	1	2	3	4	5	
Naprosto nesouhlasím	○	○	○	○	○	Naprosto souhlasím

4) Když se stane něco zlého, je pro útvar, ve kterém pracuji, těžké vrátit se do „původního stavu". *

	1	2	3	4	5	
Naprosto nesouhlasím	○	○	○	○	○	Naprosto souhlasím

5) Útvar, ve kterém pracuji, těžkými časy většinou prochází bez zásadních potíží. *

	1	2	3	4	5	
Naprosto nesouhlasím	○	○	○	○	○	Naprosto souhlasím

6) S propady a těžkostmi se útvar, ve kterém pracuji, většinou vypořádává dlouhou dobu. *

	1	2	3	4	5	
Naprosto nesouhlasím	○	○	○	○	○	Naprosto souhlasím

7) Útvar, ve kterém pracuji, považuji za odolný, resilientní. *

	1	2	3	4	5	
Naprosto nesouhlasím	○	○	○	○	○	Naprosto souhlasím