

Využití psychosociální pomoci občany Zlínského kraje

Elizabeth Hrabicová

Bakalářská práce

2023



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta logistiky a krizového řízení

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta logistiky a krizového řízení

Ústav ochrany obyvatelstva

Akademický rok: 2022/2023

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení: Elizabeth Hrabicová
Osobní číslo: L20046
Studijní program: B1032A020002 Ochrana obyvatelstva
Forma studia: Kombinovaná
Téma práce: Využití psychosociální pomoci občany Zlínského kraje

Zásady pro vypracování

1. Zpracujte literární rešerši zaměřenou na téma poskytování psychosociální pomoci a resilience.
2. Pomocí vhodně zvolených metod proveďte průzkum zjišťující využití psychosociální pomoci občany Zlínského kraje a míru jejich resilience.
3. Na základě analýzy získaných dat navrhněte možná zlepšení v oblasti poskytování psychosociální pomoci a prevence vzniku psychosociálních problémů po prožití mimořádné události.

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná/elektronická**

Seznam doporučené literatury:

1. BAŠTECKÁ, Bohumila a kolektiv. *Psychosociální krizová spolupráce*. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4195-6.
 2. PAULÍK, Karel. *Psychologie lidské odolnosti. 2., přepracované a doplněné vydání*. Praha: Grada, 2017. ISBN 978-80-247-5646-2.
 3. ŠPATENKOVÁ, Naděžda a kolektiv. *Krize a krizová intervence*. Praha: Grada, 2017. ISBN 978-80-247-5327-0.
- Další odborná literatura dle doporučení vedoucí bakalářské práce.

Vedoucí bakalářské práce: **Mgr. Anna Soukupová**
Ústav krizového řízení

Datum zadání bakalářské práce: **1. prosince 2022**

Termín odevzdání bakalářské práce: **5. května 2023**

L.S.

doc. Ing. Zuzana Tučková, Ph.D.
děkanka

prof. Ing. Dušan Vičar, CSc.
ředitel ústavu

V Uherském Hradišti dne 2. prosince 2022

PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že:

- bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému a dostupná k nahlédnutí;
- na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3;
- podle § 60 odst. 1 autorského zákona má Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 odst. 2 a 3 autorského zákona mohu užít své dílo – bakalářskou práci nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům;
- pokud je výstupem bakalářské práce jakýkoliv softwarový produkt, považují se za součást práce rovněž i zdrojové kódy, popř. soubory, ze kterých se projekt skládá. Neodevzdání této součásti může být důvodem k neobhájení práce.

Prohlašuji,

- že jsem na bakalářské práci pracoval samostatně a použitou literaturu jsem citoval. V případě publikace výsledků budu uveden jako spoluautor.
- že odevzdaná verze bakalářské práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou obsahově totožné.

V Uherském Hradišti, dne:

5.5.23

Jméno a příjmení studenta: Elizabeth Hrabicová

.....
podpis studenta

ABSTRAKT

Tato bakalářská práce má za cíl zjistit, jaká je informovanost ve Zlínském kraji ohledně možnosti využití psychosociální pomoci během mimořádných událostí a následně má podat určitá doporučení na zlepšení této informovanosti. Práce se taktéž zaměřuje na zjištění resilience u obyvatel ve Zlínském kraji. Zjišťuje, zda má resilience vliv na prožití mimořádné události a zda odbornou psychosociální pomoc více využívají lidé s nižší resiliencí.

Teoretická část pojednává o mimořádných událostech, o možném dopadu katastrof na psychiku člověka a celkově se zabývá psychosociální pomocí a resiliencí člověka. Taktéž se zmiňuje o organizacích, které psychosociální pomoc poskytují. V praktické části je využito dotazníkového šetření, které bylo určeno pro obyvatele Zlínského kraje. Respondenti byli rozděleni do tří kategorií, a to na respondenty, kteří mimořádnou událost zažili přímým či nepřímým způsobem nebo mimořádnou událost ani jedním z uvedených způsobů nezažili.

Klíčová slova: informovanost, krizová intervence, mimořádná událost, první psychická pomoc, psychosociální pomoc, resilience

ABSTRACT

The aim of this bachelor thesis is to find out what is the awareness in the Zlín Region regarding the possibility of using psychosocial assistance during emergencies and then to give some recommendations to improve this awareness. The thesis also focuses on finding out the resilience of the population in the Zlín Region. It investigates whether resilience has an impact on the survival of an emergency and whether professional psychosocial help is used more by people with lower resilience.

The theoretical part deals with emergencies, the possible impact of disasters on the human psyche, and overall it deals with psychosocial assistance and human resilience. It also mentions organisations that provide psychosocial assistance. In the practical part, a questionnaire survey is used, which was intended for the inhabitants of the Zlín Region. The respondents were divided into three categories, namely respondents who experienced the emergency in a direct or indirect way, or respondents who did not experience the emergency in either of the above mentioned ways.

Keywords: awareness, crisis intervention, emergency, psychological first aid, psychosocial assistance, resilience

Chtěla bych poděkovat paní Mgr. Anně Soukupové, za její ochotu, trpělivost a čas. Dále mým rodičům, snoubenci, kolegům v práci a v neposlední řadě i mým spolužákům. Děkuji Vám všem za Vaši podporu, pomoc a trpělivost se mnou. Moc si veškeré pomoci, co jste pro mě udělali, cením. Také chci poděkovat škole, že mi schválili téma této bakalářské práce a dále lidem, kteří věnovali čas mému dotazníku, který je součástí práce.

Prohlašuji, že odevzdaná verze bakalářské práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.

OBSAH

ÚVOD	9
I. TEORETICKÁ ČÁST	11
1 LITERÁRNÍ REŠERŠE	12
2 TERMINOLOGIE	16
3 ZLÍNSKÝ KRAJ	19
4 MIMOŘÁDNÁ UDÁLOST	20
4.1 OBĚTI MIMOŘÁDNÝCH UDÁLOSTÍ	21
4.2 DOPADY KATASTROF NA PSYCHIKU ČLOVĚKA.....	22
5 PSYCHOSOCIÁLNÍ POMOC	23
5.1 HISTORIE PSYCHOSOCIÁLNÍ POMOCI.....	24
5.2 PRVNÍ PSYCHICKÁ POMOC	25
5.3 KRIZOVÁ INTERVENCE	26
5.3.1 Formy krizové intervence	27
5.4 POSKYTOVÁNÍ POMOCI BĚHEM MIMOŘÁDNÝCH UDÁLOSTÍ.....	28
5.5 INFORMOVANOST BĚHEM MIMOŘÁDNÉ UDÁLOSTI.....	28
6 NESTÁTNÍ NEZISKOVÉ ORGANIZACE (INTERVENČNÍ TÝMY)	29
6.1 PSYCHOSOCIÁLNÍ INTERVENČNÍ TÝMY	29
6.2 ADRA	30
6.3 DALŠÍ ORGANIZACE A PROJEKTY	30
7 RESILIENCE	33
7.1 VÝVOJ ODOLNOSTI.....	35
7.2 SOUČASNOST.....	35
II. PRAKTICKÁ ČÁST	36
8 DOTAZNÍKOVÉ ŠETŘENÍ	37
8.1 VÝSLEDKY DOTAZNÍKOVÉHO ŠETŘENÍ – SADA STEJNÝCH OTÁZEK PRO VŠECHNY RESPONDENTY	38
8.1.1 Kategorie a pohlaví respondentů.....	38
8.1.2 Věk respondentů.....	39
8.1.3 Bydliště respondentů	40
8.1.5 Zjištění, zda lidé ví, na koho se obrátit v případě zájmu o odbornou pomoc	42
8.1.6 Znalost respondentů ohledně organizací, které poskytují psychosociální pomoc	42
8.1.7 O jaké organizace se jedná?	44
8.1.8 Využili jste někdy Vy sami nabídky psychosociální pomoci?.....	45
8.1.9 Využili byste někdy Vy sami nabídky psychosociální pomoci během mimořádné události?	46

8.1.10	Preference přijetí psychosociální pomoci	47
8.1.11	Informovanost v kraji	48
8.1.12	Návrhy na zlepšení informovanosti	49
8.1.13	Znalost komunikace během mimořádné události.....	50
8.1.14	Více informací pro lepší komunikaci	51
8.2	VÝSLEDKY DOTAZNÍKOVÉHO ŠETŘENÍ – SADA OTÁZEK PODLE RESPONDENTŮ	52
8.2.1	Doba od uplynutí události	53
8.2.2	Druh mimořádné události.....	53
8.2.3	Překonání mimořádné události.....	54
8.2.4	Přijetí pomoci	54
8.2.5	Dostatečnost pomoci	55
8.2.6	Vyhledání stejné nebo jiné pomoci v budoucnu	56
8.2.7	Vztah k mimořádné události	58
8.3	DÍLČÍ ZÁVĚR	58
9	VYHODNOCENÍ RESILIENCE	60
9.1	KATEGORIE RESPONDENTŮ.....	60
9.2	POHLAVÍ.....	61
9.3	VZDĚLÁNÍ	62
9.4	PŘIJETÍ POMOCI	63
9.5	VLIV ZNALOSTI KOMUNIKACE NA RESILIENCI.....	65
9.6	JINÉ FAKTORY	66
9.7	DÍLČÍ ZÁVĚR	67
	ZÁVĚR A DOPORUČENÍ NA ZLEPŠENÍ.....	68
	SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....	71
	SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK.....	76
	SEZNAM GRAFŮ	77
	SEZNAM TABULEK.....	78
	SEZNAM PŘÍLOH.....	79

ÚVOD

Tématem této bakalářské práce je „Využití psychosociální pomoci občany Zlínského kraje“. Hlavním cílem je zjistit, jaká je informovanost o možnosti využití této pomoci během mimořádných událostí a uvedení daných možností na zlepšení informovanosti. Myslím si, že je důležité věnovat i tomuto tématu pozornost, jelikož následky mimořádných událostí nemají dopad nejen na hmotné věci, jako je majetek, ale také na psychiku člověka. Aby se člověk snáz zařadil zpět do běžného života, je proto důležité pamatovat i na tuto stránku. Dle mého názoru není psychosociální pomoc běžné téma společnosti a opomíná se na něj. Možná je to proto, že psychická odolnost je skryta uvnitř člověka a nelze vidět fyzicky. Pokud se někdy stane nějaká mimořádná událost v životě lidí, tak by člověk měl být na tuto událost nejen připraven z hlediska materiálního zabezpečení ale také z opačného hlediska. Člověk by měl být alespoň natolik silný, aby dokázal dané situace ustát. Lidé, kteří psychosociální pomoc poskytují, jsou odborně vyškoleni a ví, jak s lidmi komunikovat. Jejich odborná znalost může s velkou pravděpodobností dostat osoby zasažené mimořádnou událostí zpět do běžného života. Není to dlouho, co společnost zasáhla pandemie Covid-19, která měla veliký psychosociální tlak na občany. Myslím si, že je špatná informovanost ohledně možnosti využití této pomoci. Mezi přáteli jsem vyzorovala, že lidem psychosociální pomoc často nic neříká. Někteří lidé ani nevěděli, že takovou pomoc mohou využít, pokud nastane nějaká mimořádná událost. Pokud není přítomen někdo z odborníků, kteří tuto pomoc poskytují, tak je dobré, aby lidé laici dokázali poskytnout první psychickou pomoc. Pro zvládnání těžkých situací je dobré mít vysokou míru resilience. Která jde s tématem ruku v ruce. Pomoci lidem, kteří se nacházejí v těžké situaci mohou i jiní lidé. A to tím, když na sebe lidé budou laskaví, chápaví, empatictí a budou moct jiným naslouchat. I když se to zdá snadné, tak je to těžké praktikovat.

Za mimořádnou událost může každý považovat odlišné věci. V teoretické části je proto uvedena kapitola s názvem „Mimořádná událost“. Dále v teoretické části tato práce pojednává o psychosociální pomoci, která se skládá z podkapitol jako je např.: první psychická pomoc nebo krizová intervence. Dále jsou zmíněny organizace, které tuto pomoc poskytují a také se v práci nachází kapitola o resilienci. Je důležité, aby lidé byli psychicky více odolní, jelikož při vzniku mimořádné události nebudou dopady tak katastrofální než u lidí, kteří mají resilienci menší. Jedním z cílů této bakalářské práce je také zjistit, zda lidé s nižší resiliencí využívají psychosociální pomoc častěji než lidé s vyšší resiliencí. Pokud

tomu tak bude, tak pravděpodobně lidé s vyšší mírou odolnosti psychosociální pomoc nepřijmou.

Praktická část obsahuje dva dotazníky. První dotazník se zabývá informovaností a využitím psychosociální pomoci a druhý se zabývá mírou resilience. Na zjištění resilience u občanů Zlínského kraje je využit dotazník „The Connor-Davidson resilience scale“. Cílem u druhého dotazníku je zjištění, nakolik jsou lidé ve Zlínském kraji odolní a tím pádem zjištění nakolik by psychosociální pomoc využili. Musíme brát v potaz, že existují lidé, kteří nedůvěřují odborníkům a raději se svěří přátelům, rodině anebo si myslí, že danou situaci zvládnou sami.

Bakalářská práce je zpracována následujícími metodami:

- **Rešerše**, která je využita v první kapitole. Zabývá se literaturou, která souvisí s tématem.

Dále je v praktické části použita metoda:

- **dotazníkového šetření a**
- **statistická metoda**, kde pomocí korelace v excelu byly zjištěny vzájemné vztahy a ověřeny výsledky dotazníku resilience.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 LITERÁRNÍ REŠERŠE

Tato bakalářská práce vychází z pramenů, které byly v tištěné podobě ale také z literárních pramenů, které byly čerpány z www.bookport.cz, na internetových stránkách a také na www.emerald.com apod.

Články byly nejčastěji nalezeny pomocí <https://scholar.google.com>. První kapitola teoretické části se zabývá literární rešerší, kde jsou uvedeny vybrané knihy, které se zabývají tímto tématem.

Literární zdroje:

BAŠTECKÁ, Bohumila a kolektiv. Psychosociální krizová spolupráce, ISBN 978-80-247-4195-6

V bakalářské práci se nejčastěji objevuje kniha od autorky Baštecké. Byla využita kniha z roku 2013 ale také starší kniha z roku 2005, o které se bude pojednávat později. Dalo by se říct, že se kniha skládá z šesti kapitol. Nejvíce bylo pracováno s kapitolou, která pojednává o psychosociální krizové pomoci. V bakalářské práci byla kniha použita v kapitole s názvem „Mimořádná událost“, kde uvádí rozdělení mimořádných událostí. Dále je nejvíce využita v kapitole č. 5 a v její podkapitole č. 5.1, kde popisuje cíle psychosociální pomoci a zmiňuje se o dohodě, kde církve skrze své organizace poskytuje pomoc lidem, pokud je postihne mimořádná událost. Také pojednává o povaze a konečném výsledku psychosociální pomoci. Taktéž je kniha od paní Baštecké použita v kapitole „Poskytování pomoci během MU“, jejíž obsah je již z názvu patrný. Jedná se zde tedy o to, jaká pomoc má být poskytnuta. V kapitole, která pojednává o resilienci, uvádí, že člověk, který si prošel mimořádnou událostí, nemusí mít automaticky nadále zvýšenou odolnost. (Baštecká et al., 2013)

BAŠTECKÁ, Bohumila a kolektiv. Terénní krizová práce: psychosociální intervenční týmy, ISBN 80-247-0708-X

Tato kniha byla zmíněna v kapitole č. 5. Dále byla použita pro podkapitolu č. 6.1, která se zabývá psychosociálními intervenčními týmy, ve zkratce označeno „PIT“. Uvádí, které úkoly členové PIT týmů musí plnit, aby lidem mohli pomoci. Zmiňuje se o debriefingu, pro koho je určen apod. (Baštecká et al., 2005)

DLOUHÝ, Martin a kolektiv. Krizová komunikace v zátěžových situacích, ISBN 978-80-87647-12-7

Kniha od Dlouhého je napsána ve spolupráci s dalšími autory, kteří se zabývají určitými částmi v knize. Setkáme se i s částí od Vymětala, který byl i samostatně citován. Kniha je v této bakalářské práci využita v kapitole s názvem „Mimořádná událost“, kde jsou zmíněny určité druhy mimořádných událostí. Tyto druhy událostí jsou popsány v již zmiňované části od Vymětala. Jedná se o katastrofy očekávané a neočekávané. Dále katastrofy způsobené člověkem a přírodou či skupina, kde jsou katastrofy izolované, kaskádovité nebo řetězené. Každé rozdělení je také patřičně vysvětleno. Dále byla kniha použita pro kapitolu č. 5 s názvem „Psychosociální pomoc“, kde popisuje, co tato pomoc obnáší a co lze konkrétně řadit mezi materiální a duševní potřeby člověka. (Dlouhý et al., 2014)

GRUHL, Monika a Hugo KÖRBÄCHER. Psychická odolnost v každodenním životě, ISBN 978-80-262-0345-2

Kniha je zaměřena na posílení resilience. Obsahuje také případové studie či praktická cvičení. Uvádí prvky, které jsou velice důležité, aby člověk dosahoval vyšší odolnosti. Také je v knize uveden model psychické odolnosti, který vytvořila paní Gruhl a pan Körbächer. Tato kniha je použita v kapitole č. 7, která se zabývá resiliencí. (Gruhl a Körbächer, 2013)

KAČEŇÁK, Robert. Psychická první pomoc

Jedná se o webovou stránku <https://psychologie.cz/psychicka-prvni-pomoc/>. Tento zdroj je použit v podkapitole č. 5.2, kde pojednává o takzvané metodě 6P, která se využívá u první psychické pomoci. (Kačeňák, 2013)

PAULÍK, Karel. Psychologie lidské odolnosti: 2., přepracované a doplněné vydání, ISBN 978-80-247-5646-2

Obsahem knihy je resilience neboli lidská odolnost. Popisuje charakteristiku odolnosti, dále uvádí možnosti, jak může člověk rozvíjet svoji odolnost vůči stresu nebo zmiňuje, jak stres zvládat. Kniha je v bakalářské práci využita v kapitole č. 7 s názvem „Resilience“. Poznamenává, že se resilience nesesetkává s jednotnou definicí a také sděluje, jak je psychická odolnost chápána. Také se kniha zmiňuje o pojmu adaptace a předkládá definici odolnosti od autora této knihy. Dále byla kniha použita pro část v bakalářské práci, která se zabývá vývojem odolnosti člověka. Uvádí se v ní, že dle některých výzkumů bylo zjištěno, že děti, které pocházejí z nefunkčních rodin mají větší odolnost než děti, které jsou z funkčních rodin. (Paulík, 2017)

ŠPATENKOVÁ, Naděžda a kolektiv. Krize a krizová intervence, ISBN 978-80-247-5327-0

Kniha od paní Špatenkové je zaměřena na krizovou intervenci, první psychologickou pomoc a dále na průběh krize. Je využita v podkapitole č. 5.2 s názvem „První psychická pomoc“. Autorka zmiňuje tři typy psychologické pomoci, které jsou uvedeny v bakalářské práci. Dále je kniha využita v následující podkapitole č. 5.3 s názvem „Krizová intervence“, kde uvádí, kdy intervenci uplatnit a jak lidem může pomoci. Nejvíce je tato kniha využita v podkapitolách č. 5.3.1 s názvem „Formy krizové intervence“, kde uvádí rozdělení této pomoci na prezenční a distanční. Dále podává příklady těchto pomoci a jejich vysvětlení. (Špatenková et al., 2017)

Typová činnost složek IZS při poskytování psychosociální pomoci STČ 12/IZS

Jak je již z názvu patrné, tak se jedná o katalog, který je zaměřen na typovou činnost složek IZS při poskytování psychosociální pomoci během mimořádných událostí. V bakalářské práci byl tento zdroj použit v kapitole č. 5 a 6. Pojednává o tom, kdy je jaká pomoc poskytnuta. Uvádí, jaké druhy psychosociální pomoci se z časového hlediska rozlišují. Také pojednává o informovanosti během MU. A v neposlední řadě zmiňuje nestátní neziskové organizace, které psychosociální pomoc poskytují. (STČ 12/IZS, 2015)

VODÁČKOVÁ, Daniela. Krizová intervence: [krize v životě člověka: formy krizové pomoci a služeb]. ISBN 80-7178-696-9

Kniha je zaměřena na postupy krizové intervence v různých situacích. V této bakalářské práci je využita v kapitole č. 5.3 a v její podkapitole, kde popisuje formy krizové intervence. (Vodáčková, 2002)

VYMĚTAL, Štěpán. Krizová komunikace a komunikace rizika. ISBN 978-80-247-2510-9

Publikace se zabývá základními teoriemi krizové komunikace a jejím využitím v praxi. V bakalářské práci je tato kniha využita v kapitole s názvem „Psychosociální pomoc“, kde uvádí, jaké druhy psychosociální pomoci se z časového hlediska rozlišují. (Vymětal, 2009)

WALLER, Margaret A. Resilience in ecosystemic context: Evolution of the concept

Jedná se o článek z odborného časopisu, který byl použit v kapitole č. 7 s názvem resilience. Uvádí příklady nepříznivých událostí, na které se může člověk díky lepší psychické

odolnosti adaptovat. Celkově článek pojednává o vývoji psychické odolnosti napříč společenskovedními disciplínami. (Waller, 2001)

WOLF ČAPKOVÁ, Martina a Jana MAJZLÍKOVÁ. Mobilní aplikace První psychická pomoc: pomůcka při stabilizaci člověka v náročné životní situaci. ISSN 1802-8853

Jedná se o elektronický časopis, který se zabývá mobilní aplikací. Tato aplikace by lidem mohla pomoci v těžkých životních situacích díky první psychické pomoci. Časopis byl využit pro podkapitulu č. 5.2 a 5.5, kde se právě zmiňuje o této aplikaci. (Wolf Čapková a Majzliková, 2019)

2 TERMINOLOGIE

K objasnění pojmů byl použit Terminologický slovník Ministerstva vnitra České republiky, který se nachází na internetových stránkách ministerstva.

Integrovaný záchranný systém

O Integrovaném záchranném systému pojednává zákon č. 239/2000 Sb. (Česko, 2000) Jedná se o koordinovaný postup složek, který je připraven na mimořádné události. IZS provádí záchranné a likvidační práce. IZS se skládá ze základních složek a ostatních složek. Mezi základní složky patří:

- Hasičský záchranný sbor České republiky,
- Policie České republiky,
- poskytovatelé zdravotnické záchranné služby,
- jednotky požární ochrany plošného pokrytí. (Terminologický slovník..., © 2022)

Mezi ostatní složky IZS patří:

- ostatní záchranné sbory,
- ostatní ozbrojené bezpečnostní sbory,
- vyčleněné síly a prostředky ozbrojených sil,
- orgány pro ochranu veřejného zdraví,
- havarijní, pohotovostní, odborné a jiné služby,
- zařízení civilní ochrany,
- neziskové organizace, potřebné pro likvidační a záchranné práce. (Vilášek, Fiala a Vondrášek, 2014)

Krizová intervence

Jedná se o okamžitou pomoc osobám, které byly zasaženy nějakou mimořádnou událostí. Jeho snahou je vrátit psychickou rovnováhu lidem. Součástí krizové intervence je psychologická, lékařská, sociální a právní pomoc. (Terminologický slovník..., © 2022)

Krize

Je takový stav, během kterého je poškozeno fungování systému nebo části systému a během kterého je důležité se rychle i adekvátně rozhodovat a řešit danou situaci. (Terminologický slovník..., © 2022).

Krizová situace

Jedná se o mimořádnou událost, která narušila kritickou infrastrukturu. Během ní je vyhlášen:

- stav nebezpečí,
- nouzový stav,
- stav ohrožení státu. (Terminologický slovník..., © 2022)

Mimořádná událost

V Terminologickém slovníku Ministerstva vnitra České republiky (© 2022) se jedná o: „*Škodlivé působení sil a jevů vyvolaných činností člověka, přírodními vlivy, a také havárie, které ohrožují život, zdraví, majetek nebo životní prostředí a vyžadují provedení záchranných a likvidačních prací.*“ Pod pojmem mimořádná událost se rozumí např. mimořádná či nouzová situace, katastrofa apod. (Terminologický slovník..., © 2022)

První psychická pomoc

Jedná se o účinnou pomoc v nouzi, kterou neposkytují psychologové, ale měl by ji umět poskytnout každý člověk, tedy i laik. První psychická pomoc je něco, jako první zdravotnická pomoc. (Špatenková et al., 2017). Tato pomoc zahrnuje emociální podporu a praktickou pomoc. Dále je potřeba člověku naslouchat nebo ho uklidnit. (Psychosocial Support IFRC, © 2021)

Psychosociální krizová pomoc

Tato pomoc se poskytuje lidem, kteří byli zasaženi nějakou mimořádnou událostí. Reakce lidí neodpovídají běžným reakcím během a po zasažení mimořádné události. Vychází z psychologických poznatků, sociální práce, krizového řízení a jiných disciplín. (Terminologický slovník..., © 2022)

Psychosociální krizové potřeby

Potřeby lidí zasažených mimořádnou událostí mohou být někdy individuální nebo komunitní. Nejprve je důležité zajistit bezpečí a fyziologické potřeby zasažených osob. Poté

přichází akceptace, potřeba blízkosti či úcty. Ve vážných případech dochází k ošetření zranění, evakuaci do bezpečí, ochraně před novináři a jiné. Mezi další potřeby lze řadit truchlení, podání informací ohledně příčin mimořádné události, hledání smyslu života apod. (Terminologický slovník..., © 2022)

Resilience

Resilience neboli odolnost je takový stav, kdy je člověk schopen se přizpůsobit náročným situacím, které ho v životě potkají. Člověk se dokáže lépe adaptovat na vnitřní a vnější změny. (American Psychological Association, © 2023)

3 ZLÍNSKÝ KRAJ

Zlínský kraj je tvořen z okresů Zlín, Kroměříž, Vsetín a Uherské Hradiště. Díky své rozloze, která činí 3 963 km², se řadí mezi čtvrtý nejmenší kraj v České republice. Nejvyšší zalidněnost je ve městě Zlín a nejnižší ve městě Vsetín. Počet obyvatel v roce 2020 činil 580 119. (Statistická ročenka Zlínského kraje, 2021) V roce 2022 činil počet obyvatel 572 432. Jde tedy vidět, že počet obyvatel se snížil. (Statistická ročenka Zlínského kraje, 2022)

Mezi obce s rozšířenou působností patří: Bystřice pod Hostýnem, Holešov, Kroměříž, Uherské Hradiště, Uherský Brod, Valašské Meziříčí, Rožnov pod Radhoštěm, Vsetín, Luhačovice, Otrokovice, Valašské Klobouky, Vizovice a Zlín. (Zlínský kraj, 2021)

Pokud někoho ve Zlínském kraji postihne mimořádná událost, může se v případě potřeby pomoci obrátit na Charitu Zlín. Charita poskytne pomoc v případě jakýkoliv živelních pohrom, havárií, katastrof či jiných mimořádných událostí, jako je například žhářství nebo teroristický útok. Nabízí psychologickou, duchovní i materiální pomoc. (Charita Zlín, © 2022)

Ve Strategii rozvoje Zlínského kraje 2030 z roku 2019 se uvádí, že ve Zlínském kraji je psychosociální pomoci nedostatek (Strategie rozvoje Zlínského kraje 2030, 2019).

4 MIMOŘÁDNÁ UDÁLOST

V kapitole č. 2 s názvem „Terminologie“ se již tato práce zmiňuje o mimořádných událostech, respektive zmiňuje definici mimořádných událostí. Tato kapitola popisuje určité druhy událostí a pojednává o typech zasažených osob. Dále zmiňuje, jaké jsou dopady mimořádných událostí na psychiku člověka. Mimořádná událost neboli MU je taková událost, kdy člověk, příroda či jiné vlivy související s výkonem práce, způsobí neočekávané nebezpečí (bozp.cz, © 2022).

Na webových stránkách bozp.cz (© 2022) je uvedeno rozdělení MU podle toho, kdo stojí za vznikem těchto událostí:

- **Mimořádné události způsobené člověkem:**
 - žhářství,
 - válka,
 - vloupání,
 - sabotáž,
 - letecká katastrofa,
 - železniční nehoda,
 - přepadení,
 - teroristický útok,
 - havárie z nedbalosti.
- **Mimořádné události způsobené přírodními vlivy:**
 - požáry,
 - záplavy,
 - zemětřesení,
 - lavina,
 - sesuvy půdy,
 - tornádo,
 - sněhové kalamity,
 - epidemie, epizootie, epifylie.
- **Mimořádné události způsobené chybou techniky:**
 - výbuch,
 - zřícení domu,
 - ropná havárie,
 - radiační havárie,
 - letecká katastrofa,
 - železniční nehoda.

S tímto rozdělením se setkáváme častěji. Následující rozčlenění MU lze nalézt v knize od Dlouhého (2014) v části od Vymětala. Jedná se o rozdělení podle charakteristických rysů:

- **Katastrofy očekávané a neočekávané** – toto rozdělení vyplývá z připravenosti lidí na dané události, do jaké míry je dokážou eliminovat a také, jak dokáže záchranný

a zdravotnický systém reagovat na tyto události. Proto se tedy mezi očekávané události řadí extrémní mrazy, teplo či povodeň. Neočekávanou událostí může být požár či teroristický útok.

- **Katastrofy způsobené člověkem a přírodou** – katastrofy vyvolané člověkem mají větší dopad na psychiku člověka než katastrofy způsobené přírodními vlivy. Tyto katastrofy se překrývají, např.: člověk ale i příroda můžou vyvolat škodlivé působení virů.
- **Izolované, řetězené nebo kaskádovité katastrofy** – mezi izolované katastrofy lze zařadit autonehodu. Pokud jde o řetězené katastrofy, myslí se tím katastrofa, která způsobí i jinou katastrofu. Jedná se např. o extrémní mrazy, které mohou být příčinou výpadků energie. Kaskádovitá katastrofa je prvotní katastrofa, kvůli které vznikne více dalších katastrof.

Paní Baštecká a kolektiv (2013) však uvádí rozdělení nešťastných událostí pouze do dvou skupin. A to na události, které jsou a nejsou předvídatelné.

4.1 Oběti mimořádných událostí

V knize od Dlouhého a kolektivu (2014) jsou uvedeny typy obětí, které byly zasaženy mimořádnou událostí:

- přímé oběti a pozůstalí lidé,
- přihlížející osoby,
- lidé z rodiny a kolegové dotčených osob,
- lidé, kteří provádí záchranné a likvidační práce,
- dobrovolníci.

V knize od Baštecké a kolektivu (2005) jsou zmíněny i další zasažené osoby, ke kterým patří:

- obyvatelé,
- lidé, kteří mají vztah k události – ti, kteří poskytli první pomoc nebo ti, kteří se nestali primárními oběťmi události.

Mezi nejzranitelnější osoby, které mohou být postiženy katastrofou jsou děti, starší a chudí lidé nebo zdravotně postižení (NCDP, © 2022). Dále se zde řadí lidé, kteří žijí ve společných

zařízeních nebo lidé, kteří spolu s mimořádnou událostí prožívají i jiné trauma (STČ 12/IZS, 2015). Zranitelnost je zde spojena s nedostatkem financí a odolnost je spojena s možností určitého množství financí. Znamená to, že člověk se nemůže zachránit před potopou, ale může být z materiálního hlediska na tom lépe, což způsobí, že nebude tolik zranitelný z finančního hlediska a dokáže se po katastrofě zabezpečit. (NCDP, © 2022)

4.2 Dopady katastrof na psychiku člověka

Dopady katastrof mají negativní vliv na psychiku lidí, kteří byli zasaženi katastrofou (Makwana, 2019). Může se jednat o zasažení osob buď přímo anebo prostřednictvím blízkých lidí či společnosti (Policie ČR, © 2022b). V důsledku sociálních a ekonomických ztrát, může dojít k posttraumatické stresové poruše či duševní nestabilitě. Dále je pravděpodobný vznik deprese a úzkosti. Psychická a socioekonomická úzkost je častá u obětí katastrof. Při takových situacích obětem pomáhá psychologická intervence, která pomáhá lidem zlepšit jejich stav. Smrt člověka či poškození majetku vyvolává v obětech katastrof nejistotu. (Makwana, 2019)

Příznaky traumatu se mohou objevovat:

- **V emociální sféře** – strach, pocit narušení bezpečí, hněv či bezmoc. Člověk může také zažívat flashbaky, což znamená, že se člověk vzpomínkami nevědomě vrací k nepříjemné události, která byla pro něj traumatizující. Stává se to např.: prostřednictvím nočních můr, která člověk zažívá. S tím se pojí i poruchy spánku.
- **V tělesné sféře** – bolesti zad, hlavy ale také pláč. Může se objevit vyrážka, či změny v sexuální oblasti, jako je např. změna menstruačního cyklu.
- **Ve změně chování** – lidé nemají zájem o dosavadní aktivity anebo se vyhýbají podobným místům, které jim připomínají danou událost. Možnost ztráty chuti k jídlu nebo naopak nadměrné přejídání se. (Policie ČR, © 2022b)

Z hlediska traumatické události lze říct, že se u dětí projevuje pocit viny častěji než u dospělých. Každý člověk se vypořádává s traumatizující událostí jinak. Dopady na psychiku mohou být ihned po události nebo také s několika denním či týdenním odstupem. Může se ale také stát, že se člověk s danou událostí nikdy nevyrovná. Pro rychlejší vyrovnání se s danou událostí je lepší, změnit prostředí anebo využít, jak je již zmíněno výše, krizovou intervenci, která je součástí psychosociální pomoci. (Policie ČR, © 2022b)

5 PSYCHOSOCIÁLNÍ POMOC

Mnoho literárních i elektronických pramenů, ze kterých bylo čerpáno, uvádělo, že tato pomoc je novým pojmem. Psychosociální pomoc se poskytuje lidem, kteří byli zasaženi jakoukoliv mimořádnou událostí jako je např.: autonehoda, živelní pohroma či epidemie, a jejichž následky měly negativní dopad na způsob života lidí. Mohou se zde také řadit lidé, kterým se narodilo dítě se zdravotním postižením. (Šance dětem, 2011–2022)

Součástí psychosociální pomoci může být první psychická pomoc i krizová intervence. Rozsah pomoci závisí na typu mimořádné události, době trvání a také na její velikosti. Pomoc lidem poskytují kromě IZS, obcí a krajů také státní i nestátní instituce či neziskové organizace a dobrovolníci. Dále psychologové, vyučení lidé nebo posttraumatické intervenční týmy. Občanům je poskytována duchovní, psychosociální nebo humanitární pomoc. Samotná psychosociální pomoc je chápána jako pomoc, při které dochází k naplňování tělesných, duševních, sociálních a duchovních potřeb. (PČR, © 2022)

V knize od Dlouhého a kolektivu v části od Vymětala (2014) je více rozepsáno, co tato pomoc obnáší. Uvádí se zde, že mezi materiální a duševní potřeby patří spojení s rodinou, psychologická pomoc, pomáhat lidem při jednání s úřady, nabídnout podporu během rozloučení se zemřelými, dát lidem jistotu, bezpečí a informace (Dlouhý et al., 2014).

Hlavním cílem této pomoci je snaha začlenit lidi zpět do běžného života. Klade se důraz na zachování samostatnosti a soběstačnosti lidí, kteří psychosociální pomoc využívají. (Baštecká et al., 2005) Cílem je ukázat lidem, že nejsou sami na daný problém, že tu jsme pro ně. (PČR, © 2022)

Z časového hlediska se rozlišuje psychosociální pomoc:

- krátkodobá,
- střednědobá,
- a dlouhodobá. (PČR, © 2022)

Psychosociální pomoc je jedna z forem humanitární pomoci. Během záchranných a likvidačních prací se poskytuje krátkodobá a první psychická pomoc. V průběhu krátkodobé pomoci dochází ke spojení s místními a nestátními organizacemi, které psychosociální pomoc poskytují. Cílem je vyhledat osoby, které byly zasaženy mimořádnou událostí, aby byly zajištěny jejich potřeby. Koordinátorem v této fázi je psycholog HZS, který se snaží, aby se poskytovatelé psychosociální pomoci dohodli na spolupráci.

U střednědobé a dlouhodobé pomoci jsou koordinátory zástupci nestátních neziskových organizací nebo zástupci obcí. Na žádost OPIS kraje dojde buď k povolání psychologa, člena nestátních neziskových organizací, intervenanta policie ČR nebo záchranné zdravotnické služby či osobu, která je odborně způsobilá na poskytnutí posttraumatické péče. (STČ, 2015)

Vymětal (2009) píše, že některé psychosociální potřeby nastávají po vzniku události během prvních 24-48 hodin, kdy dochází k urgentní psychosociální pomoci. Střednědobá pomoc nastává v rozmezí dalších dní až týdnů a dlouhodobá pomoc je vymezena od šestého týdne a výše. Dlouhodobá pomoc se pohybuje v rámci několika měsíců ale i několika let. (Vymětal, 2009) Avšak v STČ12/IZS (2015) je uvedeno, že střednědobá pomoc nastává od 5. dne až do 3. měsíce. Od třetího měsíce od uplynutí mimořádné události se poskytuje dlouhodobá pomoc. (STČ, 2015)

Jak je již zmíněno, tak psychosociální pomoc obsahuje i pomoc duchovní. V roce 2003 byla uzavřena dohoda mezi Ministerstvem vnitra s Generálním ředitelstvím hasičského záchranného sboru České republiky a Ekumenickou radou církví spolu s Českou biskupskou konferencí ohledně toho, že církve budou patřit k ostatním složkám IZS. To znamená, že církve skrz své organizace poskytují během mimořádných událostí hlavně humanitární pomoc. Úplný název dohody zní: „*Dohoda o spolupráci při přípravě a realizaci opatření v oblasti ochrany obyvatelstva, zejména humanitární, psychologické a duchovní pomoci obyvatelstvu při mimořádných událostech.*“ (Baštecká et al., 2013, str. 39)

V knize od Baštecké a kolektivu (2013) nebo ve Standardech psychosociální krizové pomoci (2010) je uvedeno, že psychosociální pomoc je svou povahou terénní, proaktivní, včasná, dlouhodobá, týmová a také mezioborová.

Výsledkem psychosociální pomoci je, aby byl člověk připraven na další událost a byl odhodlaný pomáhat či spolupracovat. Snaží se podpořit svépomoc i odolnost člověka tak, aby mohl v další situaci jednat cyklicky. To znamená, že se určité činnosti opakují v kruhu za sebou. Nejprve je člověk připravený na událost, poté na ni reaguje, pak dochází k obnovení stavu, a nakonec přichází fáze zotavování. (Baštecká et al., 2013)

5.1 Historie psychosociální pomoci

Nešťastné události se stávaly lidem od nepaměti. Lidé vždy dokázali danou situaci zvládnout buď sami anebo si vzájemně pomáhali. Psychosociální krizová pomoc je nový obor, který se začal rozvíjet od roku 1997, kdy bylo v České republice období záplav. Začala se vyvíjet

od pomoci až ke spolupráci. Psychosociální pomoc vychází z potřeb a hodnot občanské společnosti. Mezi hodnoty se řadí např.: lidská důstojnost, spolupráce, řád i rozmanitost nebo víra. Znamená to, že pokud by psychosociální pomoc byla rychlá ale nerespektovala by např. lidskou důstojnost, tak by nemohla být tato pomoc ve výsledku taková, jaká by měla být. (Baštecká et al., 2013) V semináři od Baštecké (2010) se za hodnoty považuje lidská důstojnost, soběstačnost, informovanost, růst, týmovost, partnerství, spolupráce, vnímavost, řád a uznání.

Mezi základní cíle psychosociální pomoci patří:

- řád a zvládnání požadavků života,
- potřeba se začlenit,
- mít odvalu a odhodlání,
- ochota pomoci jiným lidem. (Baštecká et al., 2013)

5.2 První psychická pomoc

První psychická pomoc nebo také první psychologická pomoc (Špatenková et al., 2017), je souborem metod, které mají stabilizovat stav člověka tak, aby se daná situace více nezhoršovala. Hlavním cílem je vyvolat v jedinci pocit bezpečí, poskytnout mu naplnění základních lidských potřeb a předat ho do další péče. (Policie ČR, © 2022a; Wolf Čapková a Majzlíková, 2019)

První psychická pomoc je intervenční strategií. Není poskytována psychology, jak si lidé mohou mylně myslet. Měl by ji umět poskytnout každý člověk, který se ocitne v takové situaci, která si žádá poskytnutí této pomoci. Hlavním cílem je pomoci člověku se s danou situací vyrovnat. Je důležité člověka stabilizovat, aby dokázal danou situaci přežít a zvládnout sám, nebo aby vyhledal někoho, kdo by mu mohl pomoci v dané situaci (Špatenková et al., 2017).

Paní Špatenková a kolektiv (2017) ve své knize vymezuje tři typy psychologické pomoci, a to podle „*National Child Traumatic Stress Network*“, která je poskytována dětem, mladistvým, dospělým a rodinám, kteří prožívají okamžité následky krizových situací. Je zaměřena na odstranění počátku traumatizující události. Další typ psychologické pomoci vymezuje „*Světová zdravotnická organizace (WHO)*“, která je poskytována lidem, kteří velmi trpí kvůli vážné krizové situaci. Důležitým aspektem je, že není lidem vnucována,

jelikož ne každý takovou pomoc potřebuje. Poslední pomocí je psychologická první pomoc v systému „*Critical Incident Stress Management podle Everlyho a Parkerové*“. Jedná se o strukturovanou pomoc, která byla původně určena záchranářům, hasičům a policii v USA. Je pro ni typická anglická zkratka RAPID, což v překladu znamená „rychlý“. Písmenka tohoto názvu vycházejí z počátečních slov kroků, které jsou důležité pro provedení první psychické pomoci. Jedná se o reflektující naslouchání, analýzu potřeb, první zaopatření, provedení intervence a předání člověka dál. Člověk nemusí dané kroky provádět postupně. Jedinou výjimkou je poslední krok, který vždy musí být učiněn jako poslední. (Špatenková et al., 2017)

Na první psychickou pomoc by měla být uplatňována metoda 6P:

1. promluv,
2. podepři,
3. připomínej realitu,
4. podpoř,
5. pečuj,
6. předej. (Kačeňák, 2013)

5.3 Krizová intervence

Jedná se o odbornou práci s člověkem, která má za cíl preventivně předcházet negativním dopadům mimořádných událostí. Pomáhá překonat překážky a řešit problémy, které by měly negativní vliv na psychiku člověka a jeho možné chování. (Vodáčková et al., 2002) Avšak změna chování jedince není hlavním cílem, jak je uvedeno v knize od paní Špatenkové a kolektivu (2017).

Usiluje o zvýšení pocitu, že člověk danou situaci zvládl hlavně sám od sebe. V komunikaci se zasaženým člověkem je důležité, se zaměřit na dobu, která bezprostředně vedla ke vzniku krize a také na dobu, která bude bezprostředně následovat a povede k vyřešení krize např. na několik následujících dnů či týdnů. Krizová intervence by měla zahrnout pomoc duchovní, psychickou, biologickou a sociální. (Vodáčková et al., 2002)

Je omezena jak časově, tak i z hlediska dosahu. Krizová intervence daný problém nevyřeší, ale pomůže člověka nasměrovat dalším směrem, kde může získat další pomoc či může zmírnit dopad mimořádné události. Krizová intervence se uplatňuje až poté, co neformální

zdroje pomoci přestávají lidem fungovat. Neformálním zdrojem se myslí pomoc, kdy si člověk nejprve chce pomoci sám anebo, kdy člověk kontaktuje ostatní, aby mu pomohli. Pokud obě pomoci budou nedostačující, tak teprve potom přichází na řadu pomoc od odborníků. Krizová intervence je pomoc, která musí rychle zastavit nebezpečné jednání. Dále je snahou udržovat s klientem kontakt. Setkání s krizovým interventem probíhají jednou za týden a bývají maximálně do deseti setkání. Krizová intervence se zaměřuje na poskytnutí emoční podpory a poskytnutí pocitu bezpečí. Interventi pomáhají lidem ventilovat emoce a nadále postupovat v řešení situace na racionální úrovni. (Špatenková et al., 2017)

5.3.1 Formy krizové intervence

Krizová intervence se provádí buď osobně s krizovým interventem nebo telefonicky. Pro každého člověka je individuální (PČR, © 2022; Vodáčková et al., 2002). Kniha od paní Špatenkové a kolektivu (2017) více pojednává o daných formách krizové intervence, kde rozlišuje prezenční a distanční pomoc.

Prezenční pomoc

Při prezenční pomoci dochází k osobnímu, fyzickému setkání interventa čili pracovníka poskytující pomoc a člověka, který se ocitl v krizi (Špatenková et al., 2017).

Prezenční pomoc zahrnuje:

- **Terénní služby** – při terénních službách dochází k přemístování interventů na místo tam, kde vznikla mimořádná událost a kde se nachází osoby v krizi.
- **Ambulantní pomoc** – ambulantní pomocí se rozumí taková pomoc, při níž se osoby v krizi neboli klienti dostaví sami do instituce, která je určena k poskytnutí pomoci lidem. Jedná se například o centra krizové intervence nebo ordinace klinického psychologa. Lidé ambulantní pomoc vyhledají dobrovolně. Nasměrovat je mohou i jiné instituce jako jsou pracovníci sociálních služeb nebo linky důvěry. (Špatenková et al., 2017) Intervenční centra jsou podle zákona č. 108/2006 Sb. jednou ze služeb sociální prevence (Česko, 2006).
- **Pobytové služby** – řadí se mezi poslední formy prezenční pomoci. Slouží lidem, kteří nedokážou být v domácím prostředí kvůli dané krizi. Jedná se o krátkodobý pobyt na krizovém lůžku, což znamená, že se klient bude nacházet v takové instituci, která je k tomu určena. Může to být například krizové centrum. (Špatenková et al., 2017)

Distanční pomoc

Jedná se o komunikaci s klientem na delší vzdálenost. Patří zde telefonická pomoc, kde řadíme linky důvěry anebo pomoc prostřednictvím internetu. (Špatenková et al., 2017)

5.4 Poskytování pomoci během mimořádných událostí

V knize od paní Baštecké a kolektivu (2013) je napsáno, že pomoc obzvláště pomáhá těm lidem, kteří sami pomáhají. Často si ale člověk dokáže pomoci sám a o to více, když získá podporu od druhých. Tvrdí, že i kdyby byla pomoc rychlá a přišla by včas, ale neměla by respekt k lidské důstojnosti či snahu od ostatních lidí, tak by byla stejně zbytečná, jelikož by nebyla účinná. Pomoc by neměla být vtíravá, a ne příliš formální. Aby člověk zvládl krizovou situaci, měl by se řídit čtyřmi základními principy a to jsou:

- subsidiarita a proaktivita,
- partnerství a participace (účasti). (Baštecká et al., 2013)

Subsidiaritou se rozumí podpora pro bližší, kdy podpoříme lidi, rodiny a obce na občanské úrovni. Poté dochází ke vzniku sociálních služeb. Princip partnerství a participace znamená, že lidé, kteří byli zasaženi mimořádnou událostí, by měli být přítomni při plánování pomoci. Proaktivita je způsob přijetí zodpovědnosti za to, co se stane. V psychosociální pomoci toto slovo znamená, že člověk dokáže jednat podle zásad a hodnot. Hodnotami se zde myslí způsob života, etické a sociální hodnoty či bydlení apod. (Baštecká et al., 2013)

5.5 Informovanost během mimořádné události

Zástupci psychologické služby a zástupci ochrany obyvatelstva HZS ČR poskytují informace jiným organizacím. Pokud dojde k akutní fázi MU, musí se stanovit jeden koordinátor psychosociální pomoci a jeden koordinátor pomoci humanitární. Důležité je, si stanovit způsob komunikace, způsob vyhodnocování poskytované pomoci, rozdělení činností a míst, jak bude pomoc poskytována a dohodnout se na spolupráci s krizovým štábem. (Baštecká et al., 2013)

Pokud si mimořádná událost vyžádá mnoho mrtvých nebo zraněných osob, tak může koordinátor psychosociální pomoci spolu HZS kraje a se složkami IZS dočasně zřídit asistenční centrum. Toto centrum poskytuje informace rodinám obětí mimořádných událostí prostřednictvím nástěnek, krizových telefonních linek i skrze informační přepážky. Mimo jiné také centrum nabízí ochranu před médii či psychosociální podporu. (STČ 12/IZS, 2015)

6 NESTÁTNÍ NEZISKOVÉ ORGANIZACE (INTERVENČNÍ TÝMY)

Psychosociální pomoc provádí psychologové složek IZS a vyškolení pracovníci, kde patří např.: členové posttraumatických intervenčních týmů HZS či krizoví intervenenti PČR (PČR © 2022). Psychosociální pomoc Nestátních neziskových organizací (neboli zkráceně řečeno „NNO“) se provádí s ohledem na potřeby zasažených lidí. Pracovníci NNO se k lidem chovají s úctou, respektem a vytvářejí vztah spolupráce. Každá NNO má specifický přístup k řešení MU, což je způsobeno materiálním, personálním zabezpečením a celkově vnitřní strukturou daného systému. Pokud dojde k menším či větším událostem, tak NNO se mohou podílet na koordinaci činností a mohou vystupovat vůči IZS nebo místní samosprávě během poskytování pomoci. (STČ 12/IZS, 2015)

6.1 Psychosociální intervenční týmy

Jedná se o mezioborové a mezidenominační týmy tvořené lidmi s odlišnými možnostmi i schopnostmi reakce na materiální, duševní a duchovní potřeby lidí, kteří byli součástí katastrofy, hromadných nebo individuálních neštěstí či terorismu (Evangnet, © 2001-2023). Psychosociální intervenční týmy neboli PIT plní během katastrofy a po katastrofě pět základních funkcí. Mezi tyto funkce řadíme zjištění informací, potřeba debriefingu. Dále je snaha zprostředkovat lékaře, duchovní apod. Tyto týmy nabízí krizové poradenství a vyhledávají pro lidi zasažené MU další odborné služby. Psychosociální intervenční týmy provádějí preventivní návštěvy u obětí neštěstí. Cílem těchto návštěv není vnucení se lidem, ale jejich snahou je ukázat osobám neštěstí, že mají možnost se rozhodnout, zda chtějí využít služby poradenství. Pokud by k těmto návštěvám nedošlo, tak je větší pravděpodobnost, že se lidé pro poradenství nikdy nerozhodnou. Po události členové PIT plní následující úkoly:

- poskytují podporu, první psychickou pomoc a praktickou pomoc s tím, že lidem poskytují informace;
- kontaktují média, aby lidé zasažení událostí mohli dostat informace o dostupné pomoci;
- zprovozní linku pomoci, na kterou budou moct lidé volat nonstop a která bude fungovat 18-20 měsíců po události;
- rozšiřují tištěné zprávy, ve kterých jsou uvedeny informace o reakcích na místě neštěstí;
- debriefing. (Baštecká et al., 2005)

Debriefing má počátky ve vojenství a leteckém průmyslu, kdy lidé vedli po boji ve skupinách rozhovory. Cílem těchto rozhovorů bylo tehdy popsat a vyhodnotit situaci tak, aby lidé byli připraveni na další situace a jejich výkon se zlepšil oproti minulému. Další snahou bylo zhodnocení dané situace, která nastala a vytvořit si tak strategii na další událost. Postupem času se během rozhovorů lidé zaměřovali na sebe a přemýšleli, jak upevnit jejich silné stránky a jak jejich slabé stránky posílit. V 80. letech 20. století se debriefing přetransformoval do takové roviny, kdy se zaměřil na lidi, kteří byli zasaženi stresem. Na těchto setkáních je cílem lidem pomoci. (Gardner, 2013) V knize od Baštecké a kolektivu (2005) se o debriefingu píše jako o skupinovém sezení, kde lidé přemýšlejí. Debriefing může být pro oběti MU (Baštecká et al., 2005) nebo také pro jednotky profesionálů, kteří při dané události zasahovali a byly během této situace zasaženy stresem. Těmto lidem pomáhají nejvíce peři, což jsou lidé, kteří jsou proškoleni v podobné profesi. (Šeblová, 2007 cit. podle Veselá, 2015).

První měsíc po události členové PIT pomáhají zařizovat pohřeb, spolupracují s policií, kde pomáhají vytvořit databáze s lidmi, které událost zasáhla (Baštecká et al., 2005).

6.2 Adra

Organizace Adra vznikla v roce 1992. Její původní název však nebyl Adra ale Adventistická agentura. Občanské sdružení Adra vznikla až o dva roky později. Mezi první pomoci, co Adra nabídla, byla pomoc v Bosně a Hercegovině. V České republice poté pomáhala během období záplav v roce 1997 a v roce 2002. Součástí Adry jsou Komunitní intervenční týmy takzvané KIP týmy. Tyto KIP týmy pomáhají lidem zvládat danou mimořádnou událost. Jejich snahou je dát lidem potřebnou podporu, aby mohli lépe překonat dopady mimořádné události. Jsou složeny z duchovních nebo lidí s empatii atd. (Adra, © 2020-2023)

6.3 Další organizace a projekty

Mezi tyto organizace patří např.: nadace Impact z Nizozemí, Člověk v tísni, občanské poradny, Bílý kruh bezpečí (PČR, © 2022a).

Diakonie ČCE

Diakonie nabízí možnost krizové intervence prostřednictvím SOS centra, které se nachází v Praze. Na webových stránkách soscentrum.cz lze využít i chat poradnu. (Diakonie, © 2022)

Charita České republiky

Charita poskytuje zdravotní a sociální pomoc lidem, kteří jsou v nouzi. Usiluje o to, aby byl svět lepší. Pomáhá nemocným lidem, kteří jsou nevléčitelní ale také zdravotně postiženým či lidem, kteří zažívají domácí násilí. Kromě všech uvedených také poskytuje pomoc během mimořádných událostí. (Charita ČR, © 2022a)

Dále nabízí psychosociální, materiální pomoc a pomáhá složkám integrovaného záchranného systému, kdy jim umožní stravování či přístřeší pro odpočinek. Mezi největší akce, kde Charita měla velkou roli, byl zásah během povodní v roce 2013. (Charita ČR, © 2022b)

Důležitou součástí Charity je od roku 2004 humanitární pomoc a rozvojová spolupráce. Cílem je i globální vzdělání. (Charita ČR, © 2022c)

Český červený kříž

V rámci ČČK byla v roce 2001 zřízena jednotka, která však v roce 2012 změnila název na Ústřední krizový tým. Tento tým poskytuje kromě humanitární pomoci, výcviku složek IZS apod., také psychosociální pomoc. (Český červený kříž)

EUTOPA – IP

EUTOPA, celým názvem *“European Guideline for Target Group Oriented Psychosocial Aftercare – Implementation”*, je předchůdcem projektu EUTOPA. Jedná se o projekt EU, který se konal v období od roku 2009 až do roku 2011. Jedním z cílů bylo zajistit rychlou psychosociální pomoc po vzniku krizové situace, což vychází ze směrnice nizozemské organizace s názvem Impact. Dále byl zde uplatňován německý program pro určité skupiny lidí, při kterém by mělo docházet k využití intervencí. Mezi další cíle projektu se řadí:

- propojení předcházejícího projektu EUTOPA – IP pomocí webových stránek;
- vznik psychosociálního managementu v Evropě;
- získání znalostí z různých oborů jako např.: z hlediska sociálních pracovníků;
- vytvoření kroků pro poskytnutí psychosociální pomoci uniformovaným složkám.

(Ministerstvo vnitra ČR, © 2023a)

Garantem za ČR je Univerzita Karlova konkrétně Filozofická fakulta. Mezi další garanty patří např.: nadace Impact, pocházející z Nizozemí, která se zabývá psychosociální pomocí během pohromy. (Ministerstvo vnitra ČR, © 2023a)

Během projektu se řešila zásadní otázka týkající se intervence. Záměrem bylo zjistit jaké intervence dokáží snížit přítomnost stresových poruch, které jsou způsobeny po určité mimořádné události. Byla zde představena taková intervence, která se zaměřila na tři skupiny lidí:

- lidé, kteří se z neštěstí dokážou dostat vlastními silami;
- lidé, u kterých je pravděpodobný vznik posttraumatických potíží;
- lidé, kteří jsou ve velmi vysokém riziku potíží. (Ministerstvo vnitra ČR, © 2023b)

7 RESILIENCE

V knize od Paulíka (2017) a i v knize od Šolcové (2009) je uvedeno, že se pojem resilience neseťká s jednotnou definicí. Avšak v knize od Gruhl a Körbächer (2013) a Slovníku cizích slov (© 2005-2022) je uvedeno, že se jedná o odolnost. Resilience neznamena nezranitelnost a není přirozenou vlastností osob. Mnohým stresovým situacím se lidé bohužel nevyhnou. Odolnost není stálá, což znamená, že lidé mohou reagovat různě na stejné či podobné stresující události. (Waller, 2001)

O odolném člověku můžeme hovořit pouze v případě, pokud nastane krizová situace, která je pro daného člověka velice náročná, ale i přesto se dokáže po nějaké době vrátit zpět do běžného života. Dokonce si uvědomí, že mu daná situace posílila charakter a věří, že podobnou situaci, pokud ho někdy postihne, zvládne lépe. (Gruhl a Körbächer, 2013)

Člověk sice získá určitou zkušenost a je nějakým způsobem připraven na příští MU, ale nezaručuje to, že člověk bude mít po takové události zvýšenou odolnost vůči podobným situacím (Baštecká et al., 2013).

Podle Paulíka (2017) je psychická odolnost chápána jako kvalita lidské psychiky, která se nenechá vyvést z míry a rychle se dokáže po odeznění vrátit taktéž do původního stavu. Jinými slovy je resilience chápána jako schopnost zvládat zátěžové situace. Člověk, který má nižší hodnotu resilience, dané stresové situace zvládá hůře. Pan Paulík také píše, že pojem „odolnost“ by se měl používat v případech, pokud se jedná o zvládání zátěžových situací. Pokud ale nastává situace „tady a teď“, tak je potřeba brát odolnost jako aktuální stav psychiky. Kromě psychické odolnosti, která je hlavním tématem této kapitoly, existuje i fyzická odolnost. Dále existuje:

- konstituční,
- habituální a
- aktuální odolnost. (Paulík, 2017)

S konstituční odolností se lidé rodí. Jedná se tedy o vrozenou dispozici síly a vytrvalosti. Pokud člověk reaguje na různé zátěžové situace a tyto reakce si osvojí, tak lze mluvit o habituální odolnosti. Aktuální odolnost je odolnost, na kterou se člověk dokáže ihned adaptovat. K důležitým znakům psychické odolnosti patří adaptace. Adaptace je reakcí na změny a kvalita adaptace závisí na velikosti odolnosti. (Paulík, 2017) I pan Waller (2001) uvádí, že díky lepší psychické odolnosti se člověk může lépe adaptovat na nepříznivé situace.

Nepříznivými událostmi se zde myslí:

- traumata (násilí, úmrtí),
- obtížné životní události (rasismus).

Problém s adaptací může nastat, pokud bude člověk vystaven většímu množství rizikových faktorů, než jak to je u vystavení člověka jednoho z faktorů. (Waller, 2001)

Pan Paulík (2017, str. 172) uvádí, že: *„Odolnost můžeme stručně vymezit jako psychofyzilogickou adaptační kapacitu spočívající v získávání, rozvíjení a optimálním využívání všech vnějších a vnitřních zdrojů pro funkční interakci s prostředím, umožňující zvládnutí kladených nároků.“*

Lidé mohou být odolní, pokud dojde k zavedení intervencí, které pomáhají posílit odolnost, pomáhají vytvářet ochranné vztahy a mění nebo snižují nepříznivé vztahy (Waller, 2001).

Mezi prvky, které mají velký význam na psychickou odolnost patří:

- optimismus,
- schopnost přijímat a
- zaměřit se na řešení. (Gruhl a Körbächer, 2013)

Tyto prvky jsou součástí modelu psychické odolnosti, který byl vytvořen Monikou Gruhlovou a Hugem Körbächerem. Jeho součástí jsou způsoby jednání, které pomáhají se přizpůsobit a zvládat život. Patří zde:

- práce na vztazích,
- vytváření budoucnosti,
- mít vlastní regulaci a
- mít za sebe odpovědnost. (Gruhl a Körbächer, 2013)

Při vzniku nějaké katastrofy pan Reich (2006) vytvořil tři základní principy, nazývané 3C.

Mezi tyto principy patří:

- mít kontrolu nad situací,
- mít pocit pospolitosti (držet při sobě),
- mít pocit propojenosti.

7.1 Vývoj odolnosti

Podle některých průzkumů bylo zjištěno, že děti z nefunkčních rodin mají větší odolnost než děti pocházející z funkčních rodin (Paulík, 2017). Podobně to dříve uvedl i pan Waller (2001), který uvedl, že lidé čelící nepřízní osudu jsou odolnější. Ale na rozdíl od pana Paulíka (2017) uvádí, že děti, které byly vystaveny jednomu ze stresorů mají stejně dobrou odolnost jako děti, které nebyly vystaveny žádnému riziku. Jak je již výše zmíněno, tak pro psychickou odolnost je důležitá adaptace a pokud je člověk vystaven jednomu z rizik, tak je jeho adaptace vyšší, než kdyby byl vystaven více rizikům. V 80. letech 20. století došlo k odhalení rizikových faktorů, které měly za následek psychosociální problémy. (Waller, 2001)

7.2 Současnost

Na první psychickou pomoc existuje aplikace, která nese stejný název. Aplikace byla vytvořena Sekcí pro psychologii krizí, katastrof apod. ve spolupráci mobilních vývojářů sdružení CZ.NIC z. s. p. o. Aplikace je zdarma ke stažení na Google Play. (Wolf Čapková a Majzlíková, 2019)

Dále existuje web opatruj.se, který byl vytvořen v období pandemie. Informuje o možných pomocích jako jsou linky důvěry apod. Je zaměřen na budování psychické odolnosti a na podporu duševního zdraví. Výhodou této stránky je, že se zde lidé mohou nechat otestovat v oblasti již zmíněného duševního zdraví. Po vyplnění testu se osoby dozví svůj výsledek a doporučení na zlepšení dané oblasti. Testy na těchto webových stránkách jsou určeny pro dospělé osoby. (Opatruj.se, ©2021) Tento web vyvinul Národní ústav duševního zdraví spolu s Ministerstvem zdravotnictví (Charita Uherský Brod, © 2023).

Kromě výše uvedených existuje také web nepanikar.eu, který zdarma poskytuje první psychickou pomoc. Zabývá se také sebepoškozováním, panikou, depresemi, poruchami příjmu potravy nebo zde lidé mohou vyhledat kontakty na odbornou pomoc. (nepanikar.eu, ©2023)

II. PRAKTICKÁ ČÁST

8 DOTAZNÍKOVÉ ŠETŘENÍ

Tato část byla použita pro odbornou studentskou aktivitu „SVOČ“, která probíhala na Fakultě logistiky a krizového řízení v Uherském Hradišti v měsíci březnu téhož roku, jakého je i tato bakalářská práce.

V praktické části je využita metoda dotazníkového šetření, která se snaží zjistit, jaká je informovanost ve Zlínském kraji ohledně možnosti využití psychosociální pomoci během mimořádných událostí. Dále je potřeba určit, jakou mají respondenti resilienci a zda má prožití či neprožití MU vliv na míru resilience. Také je cílem, prozkoumat, zda psychosociální pomoc využívají lidé méně odolní či naopak. Výsledky z dotazníkového šetření budou použity pro určitá doporučení na zlepšení informovanosti v této oblasti. Pro získání hodnot resilience respondentů byl použit dotazník s názvem „Connor – Davidson Resilience Scale“.

Dotazník byl určen pouze pro obyvatele Zlínského kraje starší 18 let. Všechny zaznamenané odpovědi jsou anonymní a vyplnění bylo dobrovolné. O účelu dotazníku byli respondenti srozuměni. Pro tuto bakalářskou práci byly použity pouze ty dotazníky, které byly vyplněny občany Zlínského kraje.

Dotazník byl vytvořen na webové stránce www.google.com/forms a byl umístěn na sociální síť s prosbou o vyplnění v období letních prázdnin minulého roku. Byl také poslán emailovou formou lidem, kteří se nacházeli na pozicích IZS. Konečný počet respondentů činí 102. V dotazníkovém šetření jsou tři kategorie respondentů.

1. Přímí účastníci mimořádné události – osoby, kterým se MU přihodila.
2. Nepřímí účastníci mimořádné události – osoby, které nebyly přímo zasaženy MU, ale mohly být svědky MU nebo na místě MU pomáhaly, jakožto dobrovolníci či zasahující složky. Patří zde i lidé, kteří jsou blízcí, známí či příbuzní dotčených osob.
3. Respondenti, kteří nikdy mimořádnou událost nezažili jak přímo, tak nepřímo.

Toto rozdělení bylo provedeno z důvodu, aby mohlo dojít k zjištění vztahů resilience mezi kategoriemi. Základní a stěžejní otázky jsou u těchto tří rozdělení stejné až na výjimky. Nejvíce otázek má skupina č. 1, kde jsou otázky rozšířeny a jejich cílem je zjistit, zda respondenti přijali psychosociální pomoc a také, aby popřípadě zhodnotili přijatou psychosociální pomoc.

Během prvního vyhodnocování musela být část odpovědí smazána, jelikož ji vyplnili i občané, kteří ze Zlínského kraje nepocházeli nebo se v dotazníku nacházely nesmyslné odpovědi. Po odebrání odpovědí, byl počet respondentů pod 100. Proto byl dotazník dán na sociální síť na začátku tohoto roku. Kdy bylo uvedeno, kolik je potřeba respondentů, za každou kategorii zvlášť. Nejprve byl dotazník vložen na sociální síť a dále byli respondenti oslovováni pomocí emailu. Také byl dotazník poslán na emailovou adresu Zlínské organizace ADRA, kde byl email přeměřován na koordinátora humanitární pomoci, se kterým jsem dále komunikovala. Konečný počet respondentů, kteří splnili podmínky dotazníkového šetření je 102. V každé kategorii se nachází 34 osob. Na konci dotazníkového šetření byla možnost pro připomínky.

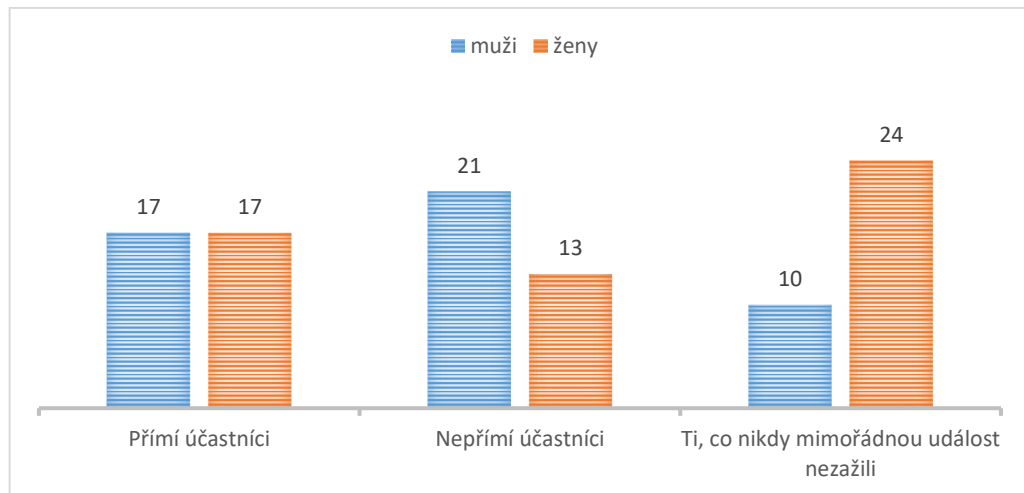
Výsledky z dotazníkového šetření byly vyhodnocovány statistickou metodou pomocí programu Excel, kde skrz korelace došlo k ověření výsledků, jak spolu dané faktory souvisí.

8.1 Výsledky dotazníkového šetření – sada stejných otázek pro všechny respondenty

V dotazníkovém šetření se nacházejí tři kategorie lidí. Přímí účastníci mají navíc doplňující otázky, týkající se zkušenosti s mimořádnou událostí. U nepřímých osob jsou otázky, které se týkají vztahu osob k dané události, zda jde o svědky, dobrovolníky apod. U této kategorie nepřímých účastníků spolu s poslední kategorií byla položena podobná otázka, jako je u přímých účastníků. U přímých účastníků byla položena otázka: „*Využili jste někdy Vy sami nabídky psychosociální pomoci?*“ U účastníků druhé a třetí kategorie je otázka položena: „*Využili byste někdy Vy sami nabídky psychosociální pomoci?*“

8.1.1 Kategorie a pohlaví respondentů

Tyto otázky byly sloučeny do jednoho grafu pro lepší přehled uspořádání pohlaví v jednotlivých kategoriích. Cílem je zjistit, jakým způsobem jsou lidé s mimořádnou událostí spjati. Zda lidé zažili mimořádnou událost přímo, nepřímo či ji nějak nezažili. Z této otázky vychází hlavní rozdělení do tří již zmíněných skupin.

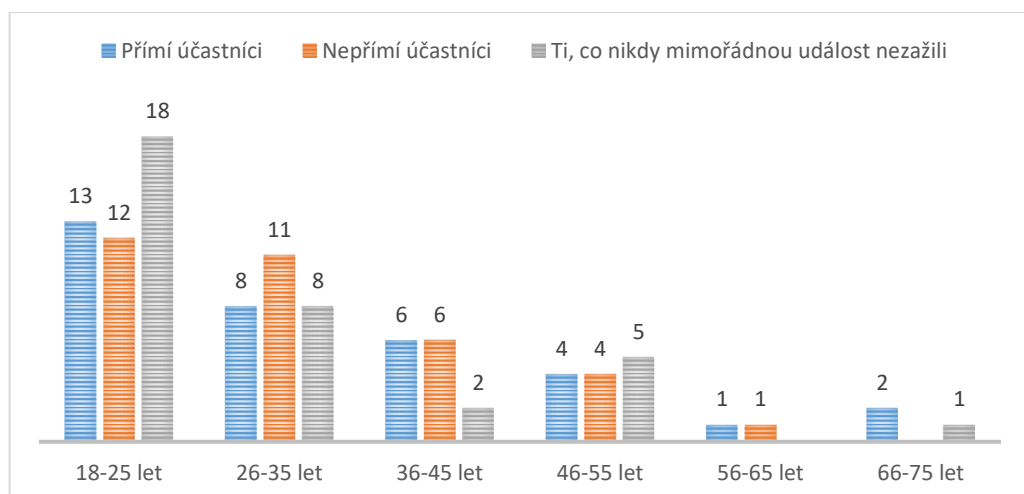


Graf 1: Kategorie a pohlaví respondentů (vlastní zpracování, 2023)

Bylo zjištěno, že z celkového počtu respondentů bylo 33,3 % (34 osob) přímých účastníků mimořádné události, kde 16,65 % respondentů tvořily ženy a 16,65 % muži. U nepřímých účastníků bylo procentuální uskupení stejné (34 osob) jako u skupiny přímých účastníků. Nepřímých účastníků tvořilo 12,7 % žen a 20,6 % mužů. Lidé, kteří nikdy mimořádnou událost nezažili bylo také 33,3 % (34 osob) z nichž bylo 23,6 % žen a 9,7 % mužů. Celkové počty mužů a žen byly v poměru 48:54. Pro přehlednější zobrazení byl vytvořen předešlý graf.

8.1.2 Věk respondentů

Průměrný věk všech 102 respondentů činí 32,9 let. V následujícím grafu lze vidět věkové kategorie všech respondentů. Cílem je zjistit, v jakém věkovém rozmezí se respondenti nacházeli.



Graf 2: Věk respondentů (vlastní zpracování, 2023)

Z grafu je patrné, že nejvíce lidí, kteří mimořádnou událost ještě nezažili jsou osoby ve věku mezi 18 až 25 lety. Je potřeba brát v úvahu, že lidé, se kterými probíhala komunikace a stala se jim v životě nějaká mimořádná událost, tak nejsou v tomto grafu zaznačeni, jelikož dotazník tito lidé vyplnit nechtěli. Většinou se jednalo o osoby starší 50 let, které poznamenaly, že pokud by měly hovořit o tom, co se jim přihodilo, tak by jim to přivodilo tehdejší vzpomínky a necítily by se z psychologického hlediska dobře. Dále je z grafu patrné, že ve věkové kategorii 66-75 let se nenašel nikdo, kdo by mimořádnou událost nepřímo prožil. Stejně tak i ve věkovém rozmezí 46-55 let se nenašel nikdo, kdo by se s MU nikdy nesetkal. V následující tabulce lze vidět procentuální uspořádání osob.

Tabulka 1: Procentuální uspořádání v jednotlivých kategoriích (vlastní zpracování, 2023)

Rozmezí	Přímí účastníci	Nepřímí účastníci	Ti, co nikdy mimořádnou událost nezažili
18-25 let	13 %	12 %	18 %
26-35 let	8 %	11 %	8 %
36-45 let	6 %	6 %	2 %
46-55 let	4 %	4 %	5 %
56-65 let	1 %	1 %	-
66-75 let	2 %	-	1 %

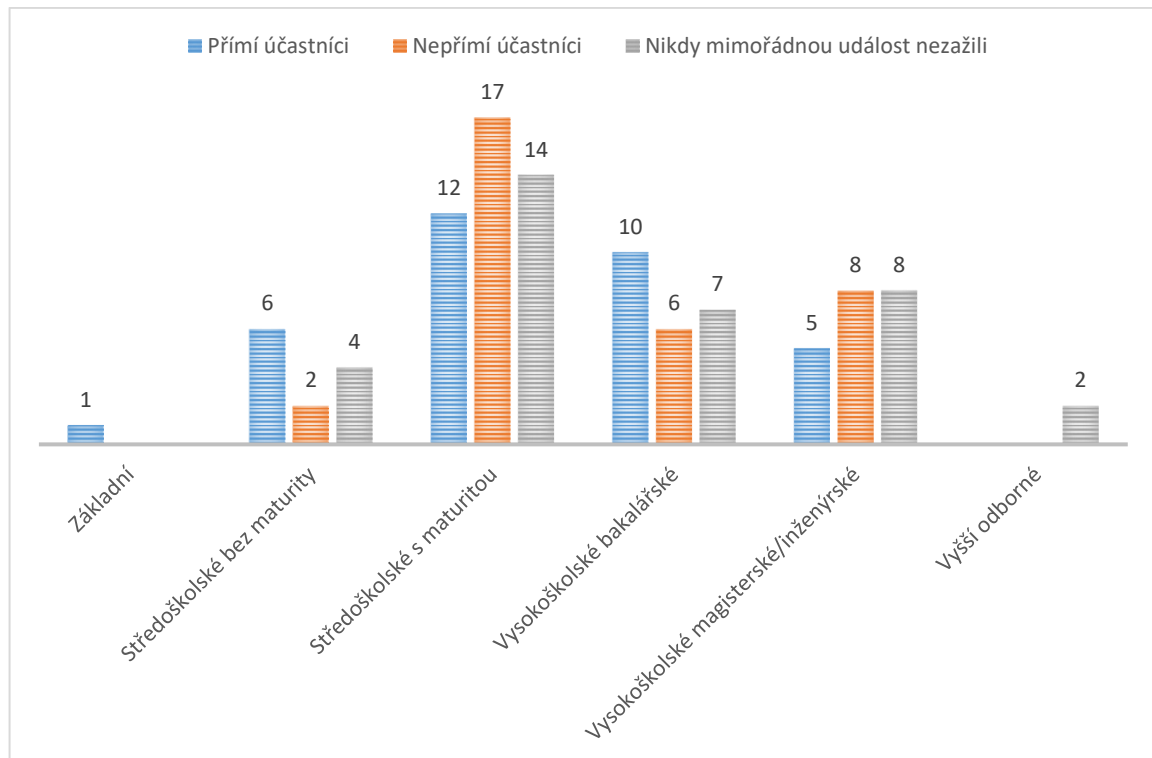
8.1.3 Bydliště respondentů

Otázka byla položena záměrně, aby došlo k ověření, že opravdu dotazník vyplňovali lidé ze Zlínského kraje. Ze všech odpovědí, které byly zaznamenány, bylo platných 102. Některé odpovědi musely být smazány, jelikož se v dotazníku vyskytly nesmyslné odpovědi nebo dotazník vyplnili lidé, kteří ze Zlínského kraje nepocházeli.

8.1.4 Zaměstnání a nejvyšší dosažené vzdělání

Otázky na zaměstnání a vzdělání byly zvoleny pro větší přehled o respondentech.

Popřípadě budou sloužit jako nástroj, zda má vzdělání vliv na resilienci u obyvatel. Otázka na zaměstnání byla dobrovolná.



Graf 3: Nejvyšší dosažené vzdělání (vlastní zpracování, 2023)

Ze 102 respondentů má jeden člověk základní vzdělání. Jedná se o člověka, který se řadí do skupiny mezi přímé účastníky. Z celkového počtu respondentů má 42 % osob středoškolské vzdělání s maturitou. Pak následuje s 23 % vysokoškolské bakalářské vzdělání. Vysokoškolské magisterské či inženýrské vzdělání má 21 % osob. Dalších 12 % lidí má vystudovanou střední školu ale bez maturity a pouze jen 2 % má vyšší odbornou školu.

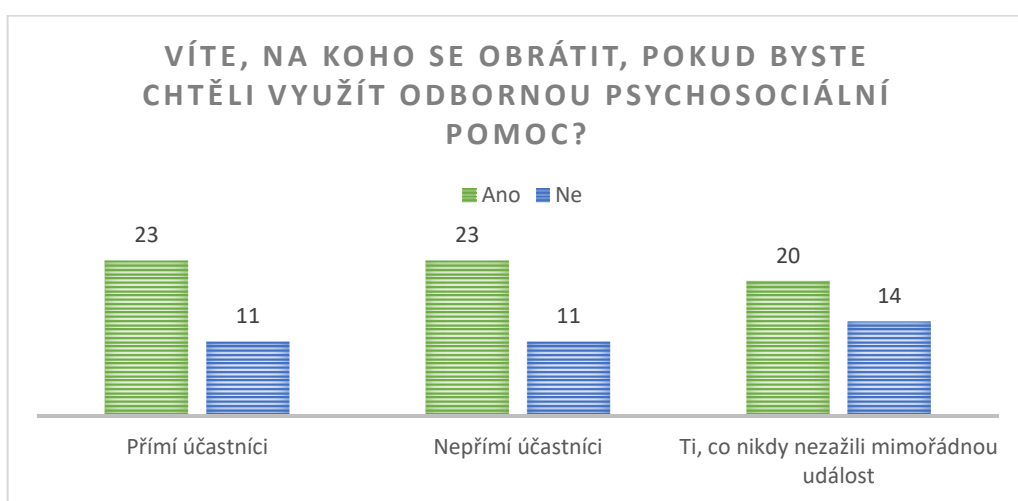
U přímých účastníků má 18 % střední školu bez maturity, u nepřímých je to pouze 6 % a ti, co nikdy mimořádnou událost nezažili, dosahují 12 %. Základní vzdělání má 3 % z kategorie přímých účastníků. Střední školu s maturitou uvedlo 35 % přímých účastníků, u nepřímých účastníků je to právě celá polovina respondentů a 41 % mají lidé, co mimořádnou událost nezažili. U přímých účastníků má 29 % oslovených respondentů vysokoškolské bakalářské vzdělání, u nepřímých je to pak 18 % a nepatrně více u osob, které událost nezažily čili 21 %. Vysokoškolské magisterské či inženýrské studium má z kategorie přímých účastníků 15 %, z ostatních kategorií měli respondenti procentuální shodu 24 %. Pouze 6 % lidí, kteří nebyli mimořádnou událostí nějak zasaženi, dosáhlo vyššího odborného vzdělání.

Ze 102 respondentů, kteří se zúčastnili dotazníkového šetření, bylo 17 osob z IZS, dále 32 studentů a dvě osoby uvedly, že jsou aktuálně na mateřské dovolené. Mezi těmito lidmi se

nacházejí i dva nezaměstnaní a dvě osoby jsou již v důchodě. Osm lidí uvedlo, že je zaměstnaných ale neuvedlo konkrétněji v jakém oboru. Mezi ostatními pozicemi se také objevil pedagog, církevní zaměstnanec či příslušník AČR. Pouze jedna osoba na otázku neodpověděla. Byla tedy zodpovězena 101 respondenty.

8.1.5 Zjištění, zda lidé ví, na koho se obrátit v případě zájmu o odbornou pomoc

Cílem této otázky, která byla pro všechny kategorie stejná, bylo zjistit, zda lidé vědí, kam nebo na koho se obrátit, pokud by potřebovali využít odbornou psychosociální pomoc. Zda mají povědomí a znalosti o různých organizacích, které tuto odbornou pomoc nabízejí.



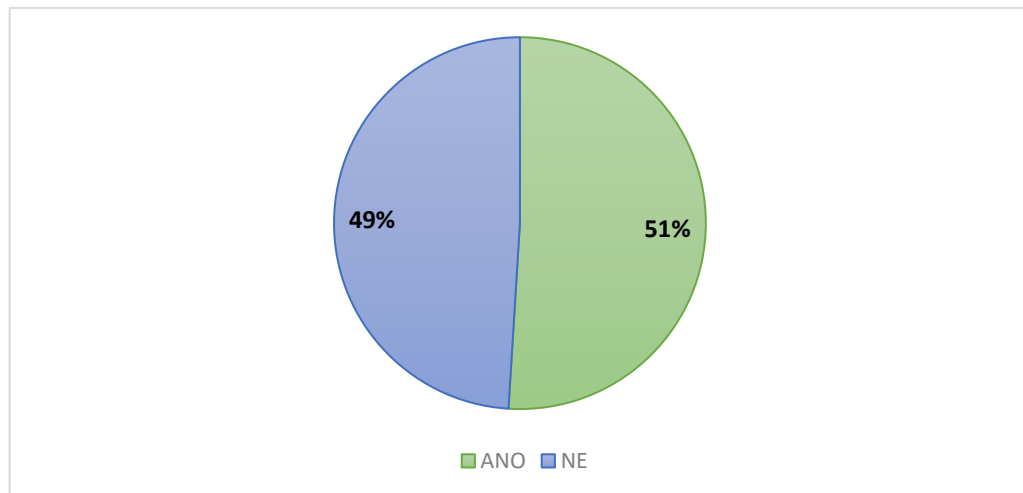
Graf 4: Znalost ohledně odborné pomoci (vlastní zpracování, 2023)

Z celkového počtu respondentů bylo zjištěno, že 65 % osob by vědělo, koho oslovit v případě využití odborné psychosociální pomoci. Zbýlých 35 % uvedlo, že neví, kam se obrátit pro tuto pomoc.

Nadpoloviční většina respondentů (68 %) u přímé či nepřímé kategorie ví, kde požádat o odbornou pomoc. I když výsledky mohou být uspokojivé, tak je třeba brát v úvahu i ostatní obyvatele, kteří nemají dostatečný přehled, kam se na odbornou psychosociální pomoc obrátit.

8.1.6 Znalost respondentů ohledně organizací, které poskytují psychosociální pomoc

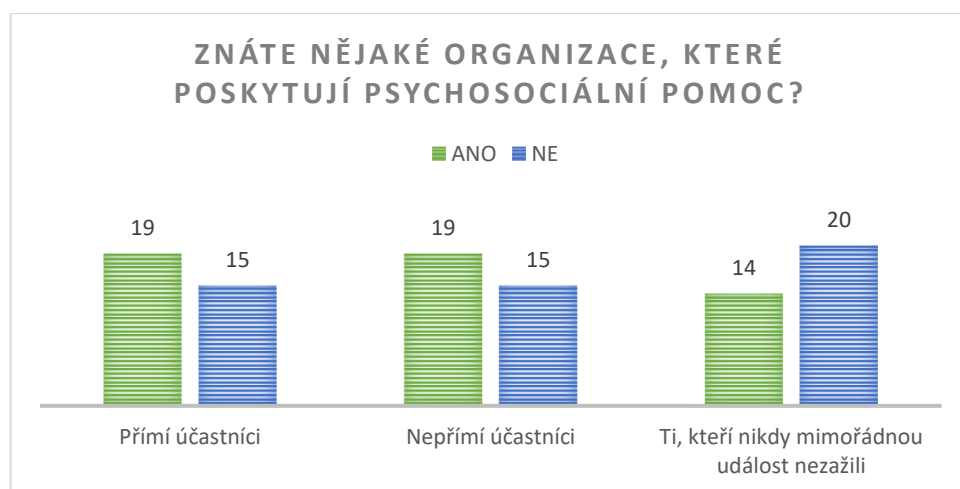
Otázka, zda respondenti znají určité organizace, byla pro všechny tři skupiny osob stejně položena. Cílem otázky je zjistit, zda lidé mají znalosti ohledně psychosociální pomoci a ví, které organizace ji nabízí. Pokud bude zjištěno, že lidé neví, na které organizace se obrátit, bude to znamenat, že nemají takové informace ohledně možnosti využití této pomoci.



Graf 5: Znalost ohledně organizací (vlastní zpracování, 2023)

Z grafu je patrné, že výsledky se od sebe liší pouhými 2 %. I když se výsledek liší 2 %, není to zanedbatelné, jelikož je spousta osob, které neznají, jaké organizace tuto pomoc poskytují a poukazuje to na nedostatečnou informovanost ohledně této pomoci. Z celkového počtu respondentů uvedlo 51 %, že zná organizace, které psychosociální pomoc poskytují. I když nadpoloviční většina všech respondentů zná určité organizace, tak je třeba brát v úvahu i 49 % respondentů, kteří neznají organizace, které danou pomoc poskytují. Čtyřicet devět procent je stále vysoké číslo. Proto by mělo dojít k větší propagaci této pomoci, aby lidé měli větší povědomí o psychosociální pomoci a popřípadě znali alespoň dané organizace.

V předchozí otázce bylo zjištěno, že 65 % by vědělo na koho se obrátit v případě odborné pomoci. Ale v této otázce, která se snaží zjistit, jaká je znalost respondentů ohledně organizací, bylo zjištěno, že již takových kladných výsledků respondenti nedosahují.



Graf 6: Znalost respondentů v jednotlivých kategoriích ohledně organizací (vlastní zpracování, 2023)

Nejvíce lidí, kteří uvedli, že neznají některé organizace poskytující tuto pomoc, byli z kategorie osob, které takovou událost nikdy nezažily. Jednalo se o 59 % respondentů dané kategorie. U nepřímých účastníků nevědělo 44 % osob a u přímých účastníků to bylo také 44 %. U osob, které nikdy nezažily nějakou mimořádnou událost, uvedlo 41 %, že zná dané organizace poskytující psychosociální pomoc. U nepřímých účastníků bylo 56 % respondentů, kteří znali dané organizace a u přímých účastníků to bylo opět procentuálně na stejné úrovni, tedy 56 %. Může to být způsobeno tím, že lidé, kteří zažili nějakou mimořádnou událost přímo či nepřímo, se mohli s určitými organizacemi již setkat skrze tuto nepříjemnou zkušenost. Pokud se podíváme na osoby, které jsou ze třetí kategorie osob, tak 59 % těchto osob uvedlo, že nezná konkrétní organizace. Tito lidé mimořádnou událost nezažili, takže důvod jejich negativní odpovědi na otázku, může být způsobem tím, že nemají s takovou událostí zkušenost, a proto se nemohli ani setkat s názvy konkrétních organizací. V předchozích otázkách bylo zjištěno, že 53 % těchto respondentů je tvořeno osobami ve věku mezi 18-25 lety, a proto nemají takové zkušenosti s mimořádnými událostmi jako lidé starší. Dalším důvodem může být, že je ohledně této pomoci horší informovanost mezi obyvateli.

Výsledky naznačují, že je ve Zlínském kraji nedostatečná informovanost ohledně této pomoci, jelikož spousta respondentů uvedla, že neví, jaké organizace psychosociální pomoc poskytují.

8.1.7 O jaké organizace se jedná?

Otázka byla pro všechny tři skupiny osob stejně položena. Na tuto otázku odpověděli lidé, kteří v předchozí otázce uvedli, že znají určité organizace, které psychosociální pomoc nabízejí. Cílem této otázky bylo zjistit, zda lidé opravdu ví, o jaké organizace se jedná.

Přímí účastníci: Z 19 respondentů přímých účastníků, kteří uvedli, že znají organizace poskytující psychosociální pomoc, jich správně uvedlo 18 respondentů. Z tohoto celkového počtu se objevila odpověď jednoho respondenta, který uvádí, že pouze tuší, že IZS má své psychology, na které se můžou lidé obrátit. Nejvíce je zde uvedena Charita, Červený kříž ale také KIP týmy či SPIS. Také se zde u mnoha rozsáhlých odpovědí objevuje nadace Člověk v tísni. Navzdory některým odpovědím lze říct, že lidé, kteří uvedli, že ví, na jaké organizace se obrátit pro psychosociální pomoc, opravdu ví, kam se obrátit.

Nepřímí účastníci: V předchozí otázce uvedlo 15 respondentů této skupiny, že neznají žádné organizace. Avšak v této otázce někteří tito respondenti uvedli, co si myslí.

Respondent č. 23 uvedl: „*Neznám, ale v případě potřeby bych si to nejspíš zkusila najít na internetu, nebo možná by mi to bylo nabídnuto IZS třeba v případě nehody.*“

Respondent č. 33 uvedl: „*Myslím, že v případě rozsáhlých katastrof jsou do pomoci sociální zapojeny i charity a podobné sociální organizace a celá veřejnost... odborníci psychologové jsou vysláni a řízení.*“

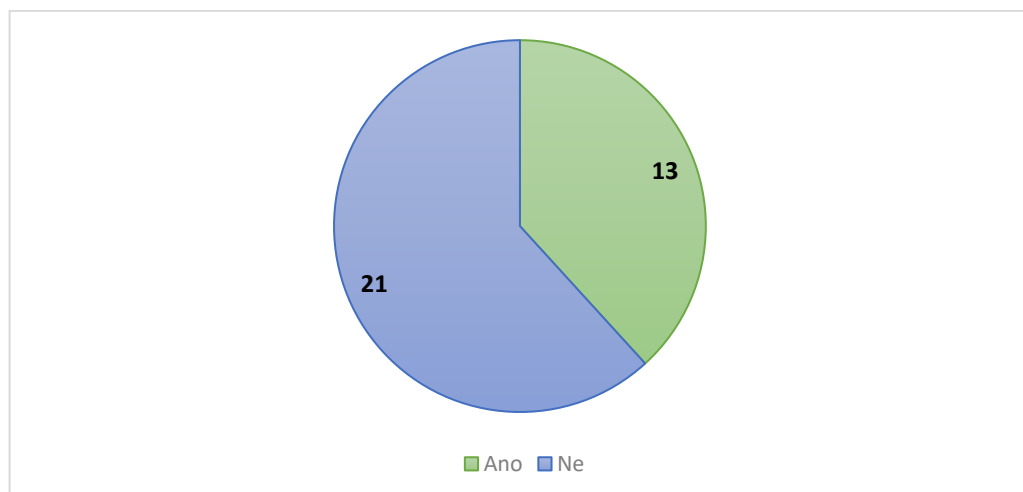
Ze zbylých 19 osob, které uvedly, že znají určité organizace se 2 lidé této otázky neúčastnili. Ostatních 17 osob uvedlo správné organizace. Nejvíce lidé zmiňovali HZS, Červený kříž, Intervenční centrum, Adra anebo také psychosociální centrum Přerov.

Ti, kteří nikdy mimořádnou událost nezažili: Lidé, kteří odpověděli v předchozí otázce, že znají určité organizace, uvedli teď o jaké organizace se jedná. Nejvíce se opakovala odpověď: Charita a Člověk v tísni.

8.1.8 Využili jste někdy Vy sami nabídky psychosociální pomoci?

Otázka byla součástí otázek, které byly určeny pouze těm respondentům, kteří mimořádnou událost zažili přímo. Podobná otázka (viz. č. 8.1.9) byla položena i nepřímým účastníkům a lidem, kteří MU nikdy nezažili.

Cílem otázky bylo zjistit, zda lidé tuto možnost využili, když byli přímými účastníky mimořádné události. Popřípadě zjistit, proč pomoc přijali či nepřijali od odborníků a zda by něco na komunikaci s odborníkem zlepšili.



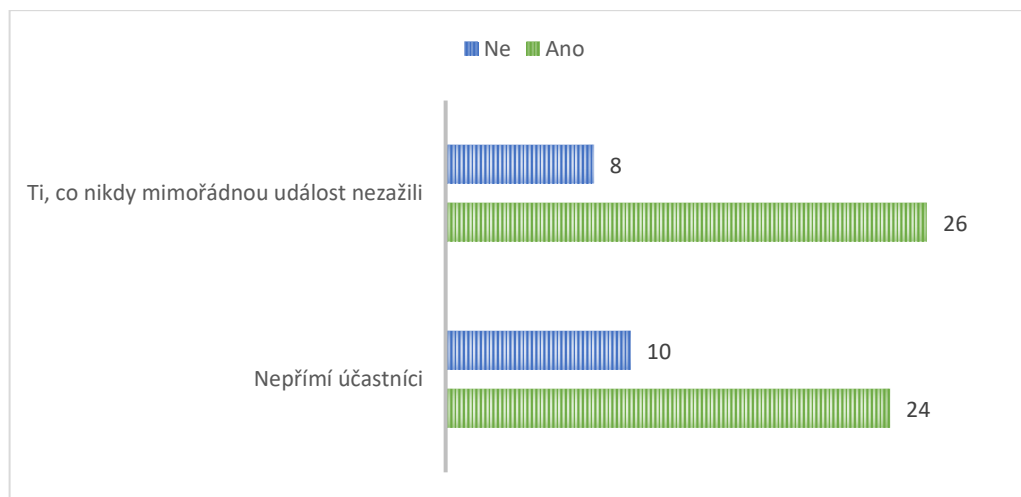
Graf 7: Využili jste nabídky psychosociální pomoci? (vlastní zpracování, 2023)

Ze 102 respondentů bylo 34 osob, které mimořádnou událost zažily. Z těchto osob pouze jen 38 % psychosociální pomoc využilo. Zbýlých 62 % tuto pomoc nepřijalo. Na tuto otázku budou navazovat další otázky v kapitole č. 8.2.

Většinou lidé jako důvod přijetí této pomoci uváděli, že odborníkům věřili nebo chtěli nestranný pohled, který se nabízel ze strany odborníků. Na této komunikaci by zlepšili, aby došlo k častějším kurzům, k lepší dostupnosti této pomoci nebo k osobnějším rozhovorům. Dále mezi odpověďmi od respondentů bylo, že by takových lidí mělo být více, také by někteří respondenti ocenili aktivnější zapojení odborníků při autonehodách. Důvodem u lidí, kteří pomoc nepřijali v této podobě bylo, že někteří věřili sami sobě, rodině či ani nevěděli, že mohou pomoc od odborníků přijmout.

8.1.9 Využili byste někdy Vy sami nabídky psychosociální pomoci během mimořádné události?

Tato otázka byla položena pouze těm respondentům, kteří nepatřili mezi přímé účastníky. Cílem otázky bylo zjistit, zda by lidé tuto možnost využili, pokud by se ocitli v MU. Součástí otázky byla podotázka: „Proč byste využili či nevyužili této pomoci?“



Graf 8: Využili byste psychosociální odbornou pomoc? (vlastní zpracování, 2023)

Z celkové skupiny lidí by nabídku psychosociální pomoci využilo 74 % osob. Zbýlých 26 % osob, by tuto pomoc nevyužilo.

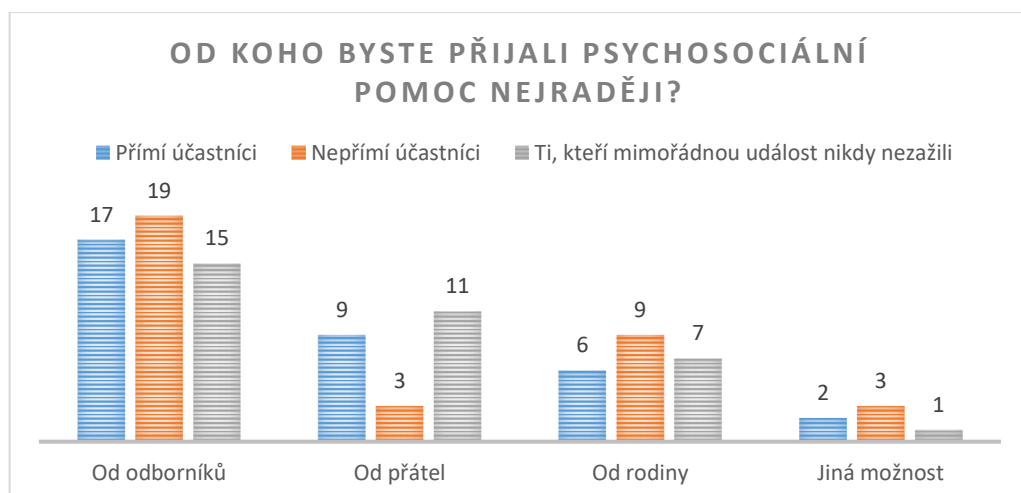
Většina osob se shodla, že by danou pomoc využila, jelikož by chtěla pomoci s vyrovnáním se následků mimořádné události. Lidé věří, že by se díky odborné psychosociální pomoci mohli lépe a rychleji začlenit zpět do běžného života. I když se najdou lidé, kteří by danou

pomoc chtěli vyzkoušet pouze ze zvědavosti, tak můžeme říct, že i přesto jsou lidé k této pomoci nakloněni.

Jak bylo zmíněno, tak 26 % osob by možnost psychosociální pomoci nevyužilo, jelikož si většina těchto lidí myslí, že by danou situaci zvládla vyřešit svépomocí. Někteří respondenti tvrdí, že by se dokázali vyrovnat s MU pomocí rodiny či jejich víry. Jeden respondent dokonce uvedl, že by danou pomoc nevyhledal, jelikož nemá o této pomoci dostatek informací.

8.1.10 Preference přijetí psychosociální pomoci

Otázka byla pro všechny tři skupiny osob stejně položena. Cílem této otázky bylo zjistit, zda by lidé přijali nejraději psychosociální pomoc od odborníků, rodiny nebo od přátel. Byla zde možnost, že si lidé buď vybrali z nabízených možností anebo byla možnost volné odpovědi, kterou využilo 6 % všech respondentů. U přímých účastníků 6 % osob napsalo, že by psychosociální odbornou pomoc přijalo nejraději od rodiny a odborníků zároveň. U nepřímých účastníků se jeden člověk vyjádřil, že by tuto pomoc nejraději poskytl sám sobě. Další respondent z této kategorie uvedl, že by přijal kombinaci pomoci od všech uvedených možností. Také jeden respondent uvedl, že neví, od koho by pomoc nejraději přijal. Pouze 3 % z osob, které nikdy nezažily mimořádnou událost, uvedla, že by pomoc přijaly nejraději od kněze. Součástí otázky byla podotázka: „Proč byste přijali pomoc v této podobě? (Proč ne raději pomoc od odborníků/známých/příbuzných?)“



Graf 9: Preference přijetí psychosociální pomoci (vlastní zpracování, 2023)

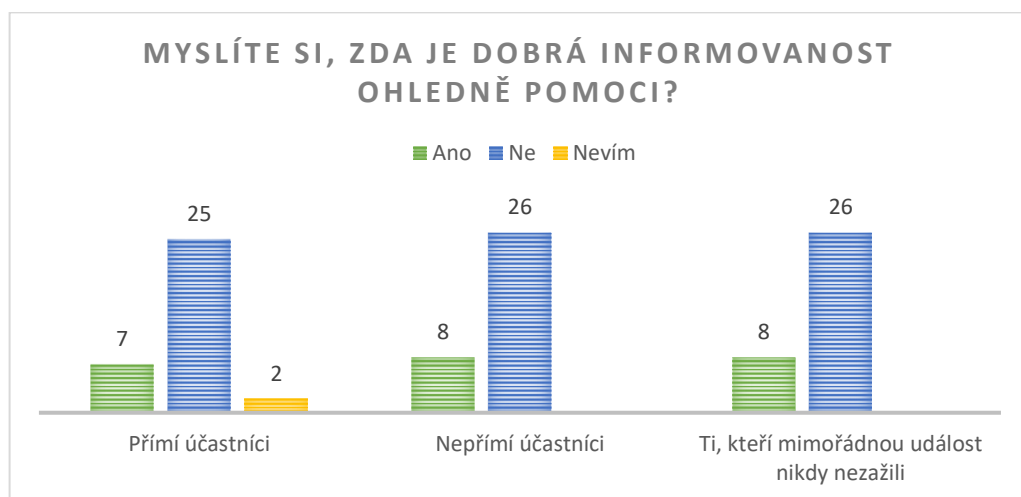
Podle celkových počtů bylo zjištěno, že 50 % ze všech respondentů by si vybralo nejraději možnost psychosociální pomoci ve formě odborníků. Dalších 23 % a 22 % respondentů by zvolilo možnost pomoci od přátel a pomoc od rodiny. Pouze 6 % respondentů si zvolilo jinou možnost.

U osob, které mimořádnou událost zažily přímo, bylo zjištěno, že pouze 13 osob ze 34 respondentů přijalo odbornou pomoc. Zbylé osoby uvedly, že jim pomoc byla poskytnuta od rodin, přátel a od sebe, ale raději by pomoc přijaly od odborníků. Lidé, kteří byli nepřímými účastníky a také ti, kteří nebyli postihnuti mimořádnou událostí, uvedli, že pokud by je mimořádná událost potkala, tak by odbornou psychosociální pomoc využili.

Jeden z již zmíněných důvodů, proč někteří respondenti nechtějí přijmout odbornou pomoc, byl ten, že lidé o této pomoci nevěděli. Dalšími důvody mohou být, že se lidé neradi svěřují neznámým lidem nebo si nechtějí přiznat, že to nedokážou bez pomoci odborníků.

8.1.11 Informovanost v kraji

Jedna ze zásadních otázek dotazníkového šetření, která má za cíl ukázat, zda je ve Zlínském kraji dobrá informovanost o možném poskytnutí psychosociální pomoci. Otázka byla pro všechny tři skupiny osob stejně položena.



Graf 10: Informovanost v kraji (vlastní zpracování, 2023)

Podle 77 % všech respondentů je ve Zlínském kraji nedostatečná informovanost. Zbýlých 23 % si myslí, že je ve Zlínském kraji dostatek informací ohledně psychosociální pomoci, a hlavně její možnosti využití.

Všechny tři kategorie osob si myslí, že je informovanost ve Zlínském kraji nedostatečná. V kategorii přímých osob se 6 % respondentů nedokázalo rozhodnout a nevědělo, zda je

informovanost na dobré úrovni. Odpověď nevím spíše utvrzuje v tom, že lidé opravdu nedokážou říct ano, jelikož nejspíše mají pochyby o dostatečné informovanosti ohledně této pomoci mezi občany.

8.1.12 Návrhy na zlepšení informovanosti

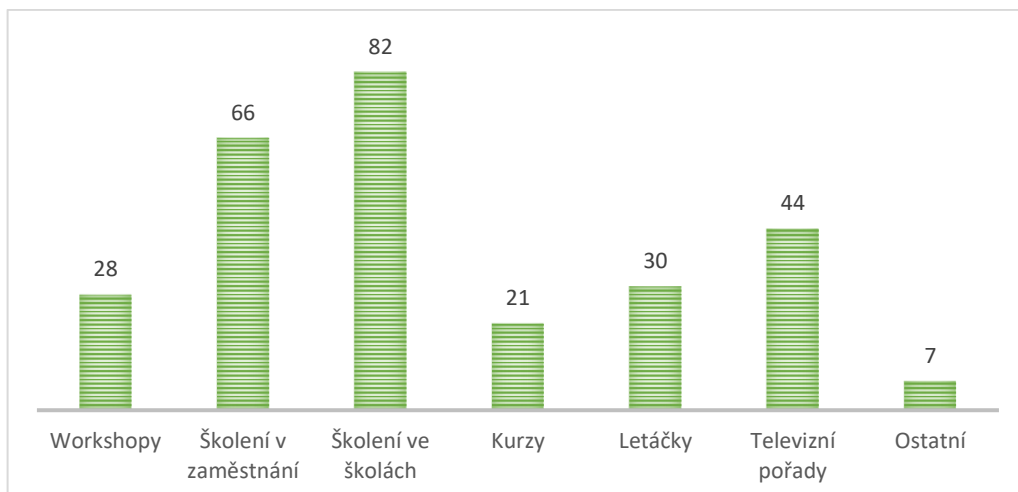
Tato otázka navazuje na předchozí. Cílem bylo zjistit, co by podle obyvatel Zlínského kraje mohlo špatnou informovanost ve Zlínském kraji zlepšit. Byly předloženy návrhy na zlepšení informovanosti a lidé pro tyto dané návrhy vícehlasně hlasovali. Celkem bylo 102 respondentů, kteří poskytli na tuto otázku 278 hlasů. Průměrně lidé zvolili u této otázky 3 odpovědi. Taktéž zde byla možnost volné odpovědi, aby i respondenti mohli přednést své návrhy. Následující tabulka ukazuje počet hlasů v jednotlivých skupinách.

Tabulka 2: Návrhy na zlepšení informovanosti (vlastní zpracování, 2023)

Návrh zlepšení	Přímí účastníci	Nepřímí účastníci	Ti, co nikdy mimořádnou událost nezažili
Workshopy	12	7	9
Školení v zaměstnání	18	23	25
Školení ve školách	25	26	31
Kurzy	7	8	6
Letáčky	11	9	10
Televizní pořady	21	10	13
Kázání, mše	1	-	1
Reklama na internetu, na sociálních sítích	2	1	-
Nějaké akce pro veřejnost	-	1	-
Webové stránky HZS	-	-	1

Nejvíce respondentů hlasovalo pro návrh školení ve školách. Tento návrh na zlepšení informovanosti ve Zlínském kraji získal 79 %. Pro školení v zaměstnání bylo 65 % hlasů. Ze 102 respondentů využilo pouze 7 lidí také možnost volné odpovědi. Jen 2 % osob navrhlo jako možnost zlepšení informovanosti kázání během mší svatých v kostelích či v jiných církvích. Dále 3 % hlasů navrhovalo reklamu na internetu nebo reklamu na sociálních sítích. Reklama na Facebooku či Instagramu by mohla zvýšit povědomí lidí o této pomoci.

Pro lepší přehled byl vytvořen následující graf, který ukazuje uskupení návrhů podle počtu osob.

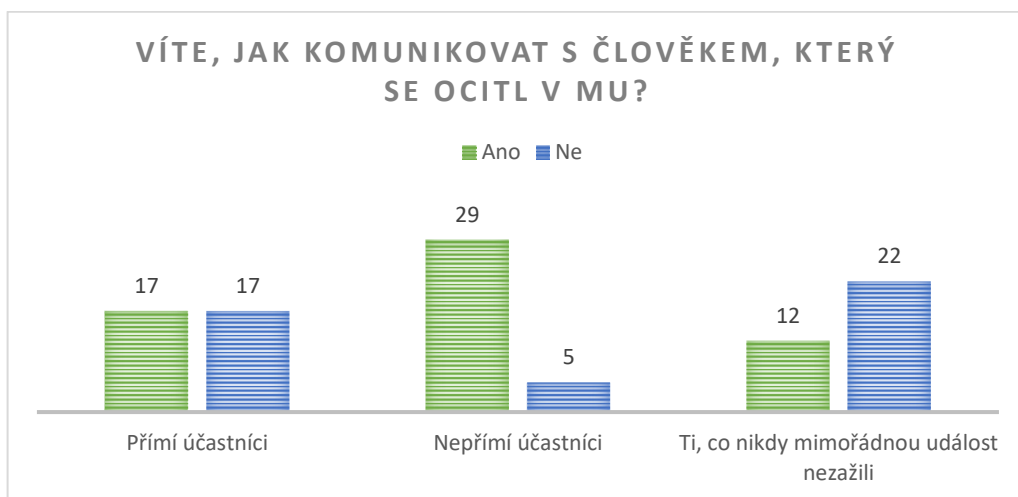


Graf 11: Návrhy na zlepšení informovanosti podle počtu osob (vlastní zpracování, 2023)

Jak bylo již zmíněno, tak školení ve školách získalo nejvíce hlasů. Toto školení by mohlo být zahrnuto do výuky na středních školách nebo již na druhém stupni základních škol. Úkolem by bylo seznámit studenty s praktickými kroky na první psychickou pomoc, jelikož nikdy člověk neví, kdy může být součástí nějaké mimořádné události. Mladí lidé by získali určité návyky, jak jednat s lidmi, kteří potřebují první psychickou pomoc. Více návrhů je v závěru této bakalářské práce.

8.1.13 Znalost komunikace během mimořádné události

Cílem otázky je zjistit, jak na tom lidé jsou z hlediska schopnosti komunikace s druhými. Je potřeba, aby základy psychosociální pomoci měli i lidé, které řadíme mezi laiky. Je to potřebné, jelikož pokud by došlo k mimořádné události, tak lidé, kteří jsou první na místě neštěstí, by mohli dotčeným osobám poskytnout první psychickou pomoc.



Graf 12: Znalost komunikace během mimořádné události (vlastní zpracování, 2023)

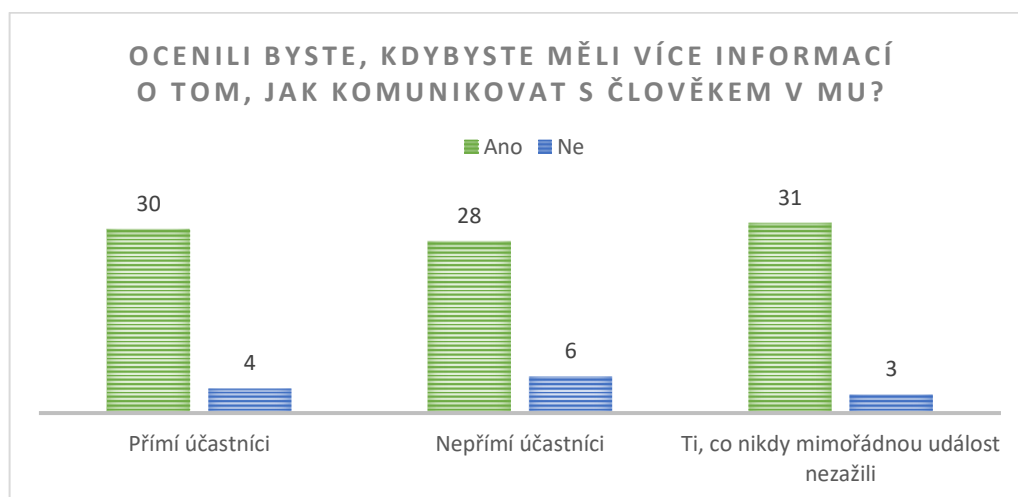
Ze všech respondentů uvedlo 57 % osob, že ví, jak s člověkem při mimořádné události komunikovat. Zbýlých 43 % nevědělo, jak komunikaci vést. Pokud se podrobněji podíváme na výsledky z pohledu daných skupin osob, tak 85 % respondentů ze skupiny nepřímých účastníků vědělo, jak s lidmi komunikovat. U osob, které mimořádnou událost zažily přímo, byl výsledek stejný. U lidí, kteří mimořádnou událost nezažili bylo zjištěno, že 65 % těchto respondentů z dané skupiny nevědělo, jak s lidmi komunikovat. Můžeme se domnívat, že daná schopnost komunikace vychází ze zkušenosti prožití MU, ve které se někdy někdo ocitl. Díky ní, se dokáže člověk lépe vcítit a chápat druhé v dané situaci. Naproti tomu lidé, kteří MU zažili jen nepřímo, už ví, co daná situace obnáší, a proto ví, jak komunikovat. Bylo zjištěno, že ze 33,3 % nepřímých účastníků byla polovina respondentů tvořena z členů zasahujících složek či dobrovolníky a tito lidé z praxe umí s lidmi v MU komunikovat.

Tabulka 3: Procentuální uspořádání u nepřímých účastníků (vlastní zpracování, 2023)

Svědka	16,7 %
Dobrovolník	4 %
Člen zasahujících složek mimořádné události	12,6 %
Celkem	33,3 %

8.1.14 Více informací pro lepší komunikaci

Cílem otázky je zjistit, zda by lidé ocenili více informací o tom, jak komunikovat s lidmi, kteří se ocitli v MU.



Graf 13: Více informací pro lepší komunikaci (vlastní zpracování, 2023)

Ze 102 respondentů by více informací k této problematice ocenilo 87 %. Zbýlých 13 % osob uvedlo, že by informace neocenily. Při podrobnějším zkoumání, kdy došlo k porovnávání

odpovědi s předchozí otázkou číslo 8.1.13, bylo zjištěno, že předtím uvedlo 58 osob (57 %), že ví, jak komunikovat, ale u této otázky bylo o 31 lidí více (30 %), kteří by přesto informace na zlepšení komunikace ocenili. Ze 44 (43 %) respondentů, kteří na předchozí otázku odpověděli, že neví, jak s lidmi komunikovat během MU, bylo 6 (14 %) osob, které navzdory jejich předchozí odpovědi byly proti nápadu získat informace k tématu. Také bylo zjištěno, že z předchozích 58 (57 %) osob, které uvedly, že ví, jak komunikovat, bylo v této otázce 48 (47 %) stejných osob pro získání informací. Nejvíce by informace uvítali lidé, kteří nikdy MU nezažili. 31 osob ze 34 respondentů totiž bylo pro kladnou odpověď. Z nepřímých účastníků by 28 lidí ze 34 bylo pro více informací. U přímých účastníků se počet zvýšil v porovnání s předchozí otázkou, a to ze 17 osob na 30 z celkových 34 lidí.

8.2 Výsledky dotazníkového šetření – sada otázek podle respondentů

Předchozí sada otázek byla pro všechny respondenty stejná bez rozdílu, do jaké skupiny daní respondenti patří. V této kapitole se nacházejí odlišné otázky, které jsou konkrétní pro danou kategorii. Podstata a cíl zjištění však zůstává stejný.

- Pro přímé účastníky byly navíc použity do dotazníkového šetření tyto otázky:
 - Jak je to dlouho od doby, co jste zažili MU?
 - O jakou událost se jednalo?
 - Myslíte si, že jste mimořádnou událost překonali?

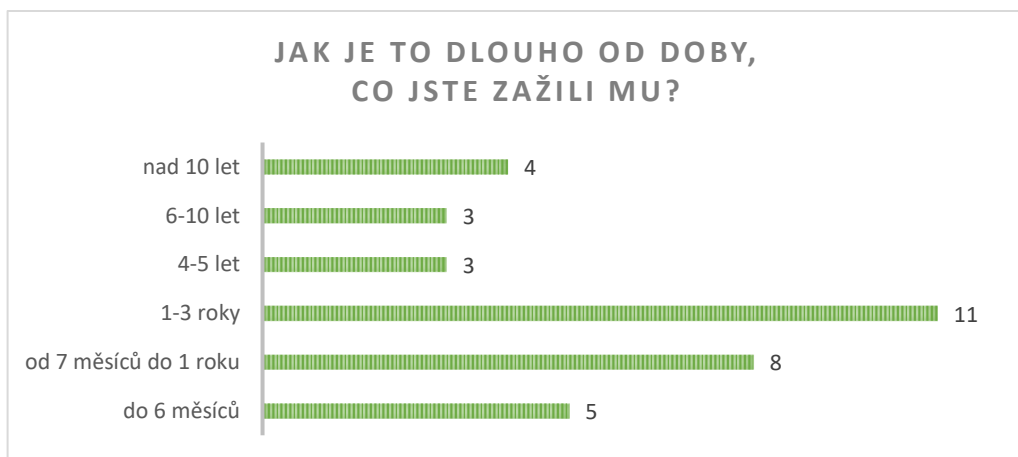
Na otázku č. 8.1.8: „*Využili jste někdy Vy sami nabídky psychosociální pomoci?*“, následovala část otázek:

- Kdo všechno Vám pomáhal?
 - Byla Vám tato pomoc poskytnuta odborníky nebo Vašimi známými či příbuznými?
 - Byla tato pomoc dostačující?
 - Vyhledali byste stejnou pomoc znovu? Nebo byste raději zvolili jinou podobu psychosociální pomoci?
- Pro nepřímé účastníky byly navíc použity do dotazníkového šetření tyto otázky:
 - Zažili jste nějakou mimořádnou událost jako?

Přímí účastníci

8.2.1 Doba od uplynutí události

Cílem otázky bylo zjistit, jak dlouho to je od doby, kdy došlo k mimořádné události. Otázka byla položena záměrně, jelikož v dotazníkovém šetření na resilienci, bude tato otázka sloužit k potvrzení nebo vyvrácení myšlenky, zda má čas vliv na míru resilience.

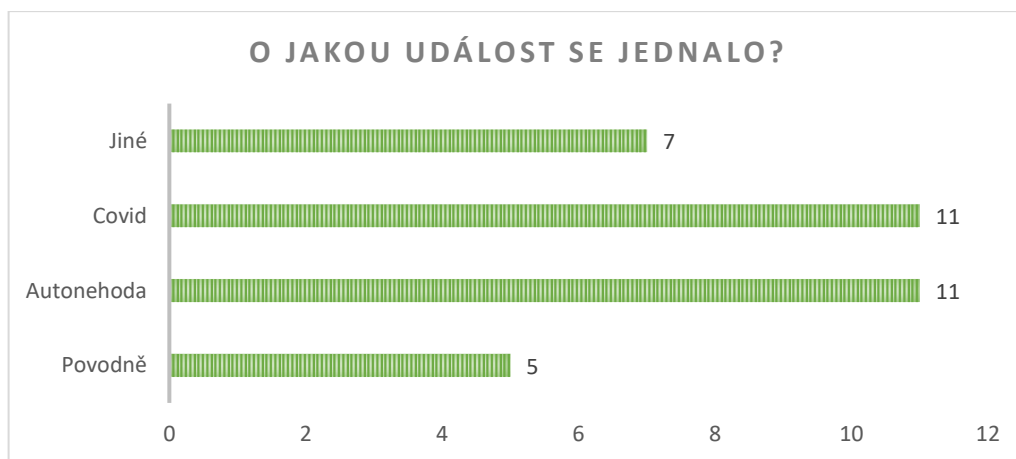


Graf 14: Doba od uplynutí události (vlastní zpracování, 2023)

Mimořádnou událost mezi 1-3 lety zažilo 32 % respondentů přímých účastníků. Během jednoho roku to bylo 39 % respondentů. Mezi 4 roky a 10 lety prožilo mimořádnou událost 18 % osob. Více jak 10 let od uplynutí události se týká 12 % respondentů.

8.2.2 Druh mimořádné události

Otázka byla lidem položena z důvodu získání většího přehledu o událostech, kterými byli respondenti zasaženi.

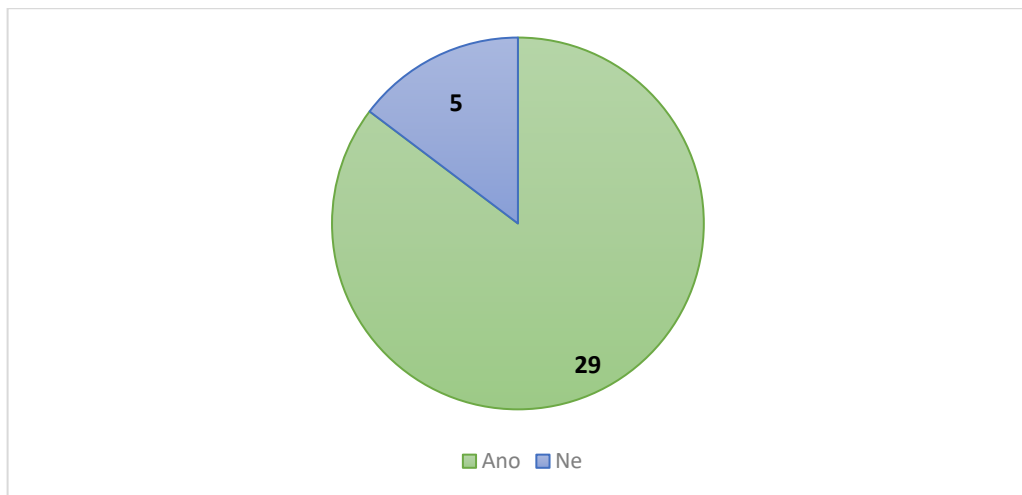


Graf 15: Druh mimořádné události (vlastní zpracování, 2023)

Z grafu je patrné, že 32 % osob z kategorie přímých účastníků bylo postihnuto autonehodou. Se stejným procentuálním podílem postihla respondenty pandemie Covid-19. Povědně zažilo 15 % lidí a 21 % respondentů uvedlo jiné mimořádné události, kterými byli postihnuti. Otázka měla možnost volné odpovědi.

8.2.3 Překonání mimořádné události

Cílem otázky je zjistit, zda si lidé myslí, že danou mimořádnou událost překonali.

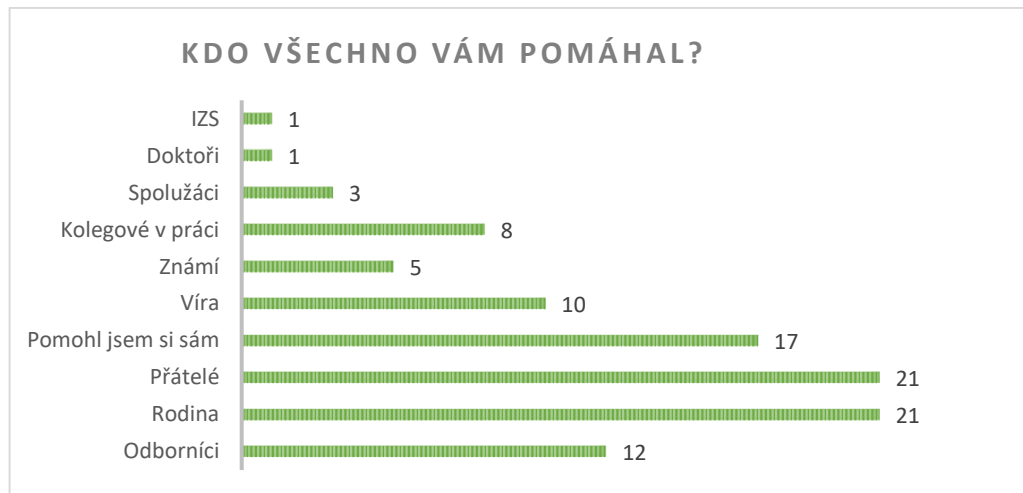


Graf 16: Překonání mimořádné události (vlastní zpracování, 2023)

Ze 102 lidí si 85 % respondentů myslí, že danou událost překonalo. Zbylých 15 % to již netvrdí.

8.2.4 Přijetí pomoci

Otázky: „Kdo všechno Vám pomáhal?“ a „Byla Vám tato pomoc poskytnuta odborníky nebo Vašimi známými či příbuznými?“, byly sloučeny a také navazují na stěžejní otázku č. 8.1.8. Otázka zní: „Využili jste někdy Vy sami nabídky psychosociální pomoci?“ Součástí těchto otázek jsou následující podotázky. Cílem je zjistit, od koho účastníci dotazníkového šetření pomoc přijali. Na výběr měli z možností: odborníci, rodina, přátelé, pomohl jsem si sám, víra, známí, kolegové v práci, spolužáci a jiné možnosti. Respondenti zde mohli vybrat více možností, jelikož mohlo dojít ke kombinaci pomoci. Dalším cílem bylo zjistit, zda pomoc byla dostačující a zda by dotyční vyhledali stejnou pomoc či nikoliv.

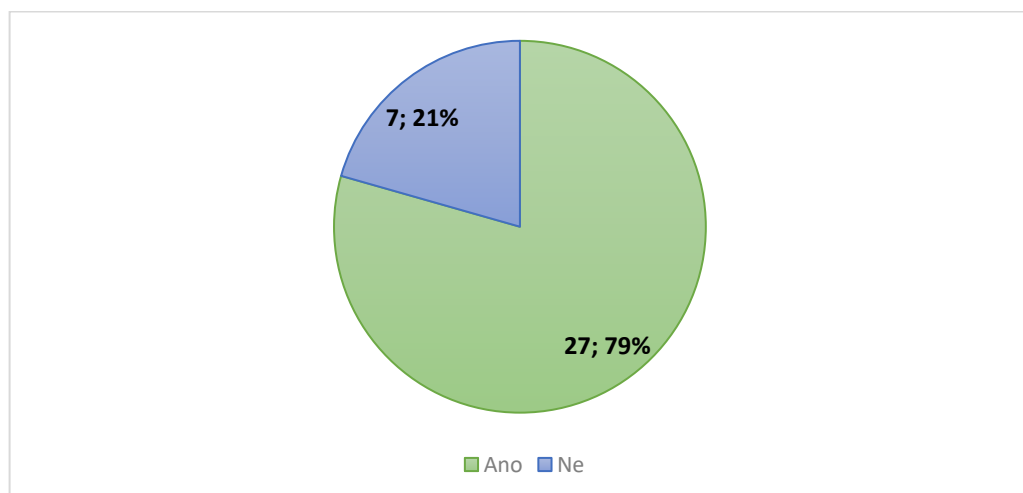


Graf 17: Přijetí pomoci (vlastní zpracování, 2023)

Nejvíce respondenti využili pomoc od rodiny a přátel, kde výsledek činil 62 %. Pomohl jsem si sám uvedlo 50 % respondentů. Odborníků využilo 35 % osob. Dále 29 % respondentů uvedlo, že jim pomáhala víra. Za tímto výsledkem se těsně umístila s 24 % pomoc od kolegů v zaměstnání. Pouze 15 % respondentů uvedlo, že jim pomohli známí. Nejméně pomoci respondenti využili od spolužáků, doktorů a IZS. Lze ale říct, že pomoc od IZS spadá pod odbornou pomoc.

8.2.5 Dostatečnost pomoci

Cílem otázky je zjistit, zda byla poskytnutá pomoc dostatečná.



Graf 18: Dostatečnost pomoci (vlastní zpracování, 2023)

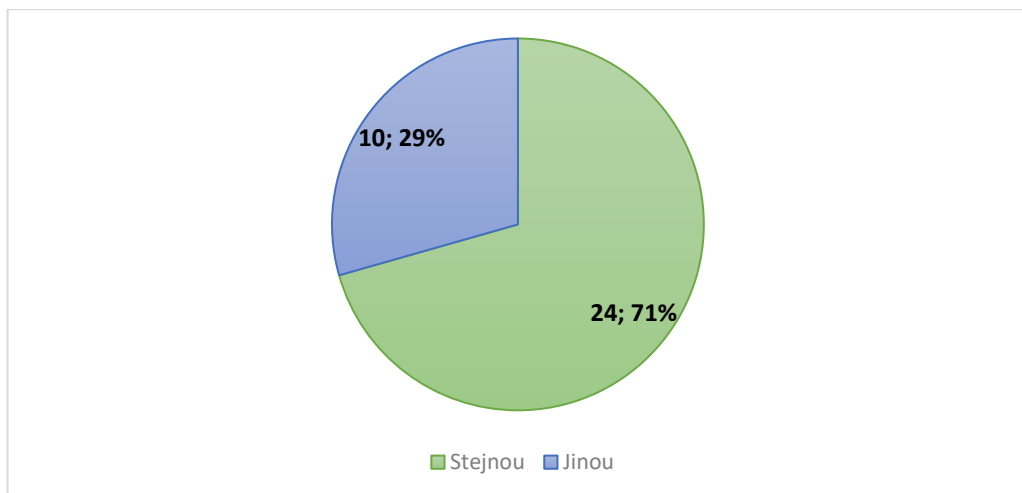
Většina respondentů (79 %) uvedla, že pomoc, kterou využili, byla dostačující. Zbylých 21 % osob uvedlo opak.

Tabulka 4: Počet respondentů, kteří uvedli, že pomoc nebyla dostačující (vlastní zpracování, 2023)

Kdo všechno Vám pomáhal?	Počet respondentů, kteří uvedli, že pomoc nebyla dostačující
Odborníci	1
Pomohl jsem si sám	2
Přátelé, pomohl jsem si sám	1
Rodina, přátelé, pomohl jsem si sám, kolegové v práci	2
Rodina, přátelé, víra, známí, spolužáci	1

8.2.6 Vyhledání stejné nebo jiné pomoci v budoucnu

Cílem otázky je zjistit, zda by lidé danou pomoc vyhledali znovu a zda i ti, co přijali pomoc od odborníků by danou pomoc vyhledali v budoucnu.



Graf 19: Vyhledání stejné nebo jiné pomoci v budoucnu (vlastní zpracování, 2023)

Ze všech přímých účastníků uvedlo 71 %, že by danou pomoc využilo znovu. Z nich 44 % tvořily osoby, které pomoc využily od rodin, přátel apod. Z těchto osob 12 % uvedlo, že daná pomoc byla dostatečná, ale i přesto by nejraději pomoc přijali od odborníků. Nutno podotknout, že dva respondenti v této kategorii zmínili, že nejraději by pomoc využili kombinovaně. Tedy pomoc od rodiny a odborníků zároveň. Pomoc od odborníků využilo 18 % z nichž 3 % by zvolila jinou pomoc, a to pomoc od rodiny a známých. Pomoc od odborníků a rodiny či přátel zároveň přijalo 9 % lidí. Z toho 3 % by raději pomoc přijalo od rodiny a 6 % by rádo pomoc přijalo jen ve formě odborníků.

Tabulka 5: Respondenti, kteří jsou pro stejnou podobu pomoci (vlastní zpracování, 2023)

Odpovědi respondentů, kteří uvedli, že jsou pro stejnou podobu pomoci			
Pomoc přijatá od...	Počet osob v %	Kdo by chtěl nejraději pomoc od odborníků.	Kdo by chtěl nejraději pomoc od rodiny apod.
Rodiny a ostatních, kromě odborníků	44 %	12 %	32 %
Odborníků	18 %	15 %	3 %
Odborníků a rodiny zároveň	9 %	6 %	3 %
Celkem	71 %	32 %	38 %

Jinou pomoc by zvolilo 29 % přímých účastníků. Z nichž 18 % uvedlo, že pomoc přijali od rodiny apod., ale více než polovina těchto respondentů by přijala nejraději pomoc od odborníků. Dále zde bylo 9 % osob, které pomoc přijaly od odborníků, z nichž 3 % uvedla, že by nejraději pomoc přijala od rodiny, přátel apod. Možnost kombinace pomoci odborné s pomocí od rodiny přijal jeden člověk, který později uvedl, že by nejraději přijal pouze pomoc od odborníků.

Tabulka 6: Respondenti, kteří jsou pro jinou podobu pomoci (vlastní zpracování, 2023)

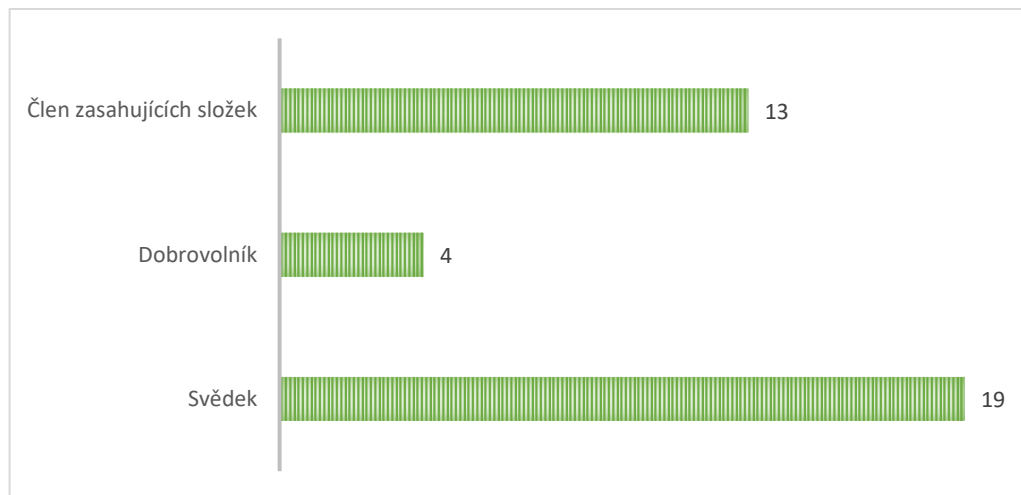
Odpovědi respondentů, kteří uvedli, že jsou pro jinou podobu pomoci			
Pomoc přijatá od	Počet osob v %	Kdo by chtěl nejraději pomoc od odborníků.	Kdo by chtěl nejraději pomoc od rodiny apod.
Rodiny a ostatních, kromě odborníků	18 %	15 %	3 %
Odborníků	9 %	6 %	3 %
Odborníků a rodiny zároveň	3 %	3 %	-
Celkem	29 %	24 %	6 %

Po sečtení výsledků u přímých účastníků obou skupin lze říct, že 44 % lidí by pomoc přijalo od rodiny a 56 % osob by pomoc přijalo od odborníků. Z toho 38 % respondentů by chtělo přijmout pomoc dohromady od rodin a odborníků.

Nepřímí účastníci

8.2.7 Vztah k mimořádné události

Cílem otázky je zjistit u této skupiny respondentů, jakým způsobem nepřímo mimořádnou událost lidé zažili. Na výběr měli z možností: svědek, dobrovolník, člen zasahujících složek a jiné. Odpovědi budou sloužit pro větší přehled složení daných lidí v této kategorii.



Graf 20: Vztah k mimořádné události (vlastní zpracování, 2023)

Nepřímých účastníků je z celkového množství respondentů 33 %. Z toho je 17 % tvořeno lidmi, kteří událost zažili jako svědkové. Dalších 13 % osob uvedlo, že byly členy zasahujících složek a zbylé 4 % tvořily dobrovolníci.

8.3 Dílčí závěr

Z dotazníkového šetření bylo zjištěno, že většina respondentů by věděla, na koho se v případě využití psychosociální pomoci obrátit. Na otázku, zda lidé znají nějaké organizace, které tuto pomoc poskytují, byly výsledky takřka napůl. Lišily se od sebe pouhými 2 %. Nicméně výsledky nejsou zanedbatelné, jelikož je spousta lidí, kteří neví, jaké organizace tuto pomoc poskytují a poukazuje to na nedostatečnou informovanost ohledně této pomoci. Nejvíce osob, které znají určité organizace jsou osoby, které se již nějakým způsobem s mimořádnou událostí setkaly. Osoby, které se s mimořádnou událostí nesetkaly, tak mají nedostatek informací ohledně této pomoci. Respondenti se domnívají, že je informovanost ohledně psychosociální pomoci nedostatečná. Výzkumná otázka byla tedy potvrzena. Dále by lidé ocenili i více informací ohledně komunikace s člověkem v mimořádné události. Navzdory tomu, že osoby, které uvedly, že ví, jak s lidmi v dané situaci komunikovat, tak

i přesto by více informací ocenily. Návrhy na zvýšení povědomí ohledně psychosociální pomoci a návrhy, kde by se lidé dozvěděli více ohledně komunikace s oběťmi událostí, jsou uvedeny až v samotném závěru bakalářské práce. Člověk nikdy neví, kdy se v takové situaci ocitne a psychické zdraví je opravdu důležité pro zvládnutí celkové situace.

U první kategorie respondentů, kteří MU zažili přímo, bylo zjištěno, že pouze 38 % přijalo odbornou psychosociální pomoc a zbylých 62 % tuto pomoc nepřijalo. Častým důvodem od respondentů, kteří pomoc nepřijali, byla stydlivost, víra, že to zvládnou svépomocí nebo někteří uvedli, že nevěděli o této možnosti pomoci. Zatímco lidé, kteří pomoc přijali, uváděli jako častý důvod, že chtěli nestranný pohled. Někteří zmínili, že by zlepšili na komunikaci s odborníky větší zapojení při autonehodách, také aby došlo k osobnějším rozhovorům či k většímu počtu lidí, kteří tuto pomoc poskytují. U osob, které MU zažily nepřímo či ji nezažily, uváděla více jak polovina lidí, že by pomoc přijala od odborníků nejraději.

9 VYHODNOCENÍ RESILIENCE

Pro zjištění resilience u obyvatel Zlínského kraje byl použit dotazník s názvem „Connor – Davidson Resilience Scale“. Byl vyplněn od všech 102 respondentů. Dotazník následoval ihned po obecném dotazníkovém šetření. Cílem je zjistit, jakou mají respondenti Zlínského kraje resilienci a zda odbornou psychosociální pomoc využívají spíše lidé méně odolní či naopak. Jedná se o zásadní otázky této práce. Dalším cílem je zjistit, jaká kategorie osob má nejvyšší resilienci a zda zkušenost s MU nějak ovlivňuje resilienci. Pomocí otázek, které byly obsaženy v obecném dotazníkovém šetření, bude proveden výzkum na odolnost obyvatel. Výsledky byly ověřovány statistickou metodou. Rozmezí korelací je uvedeno v přílohách.

9.1 Kategorie respondentů

Všech 102 respondentů, kteří pocházejí ze Zlínského kraje, dosáhlo v průměru hodnoty 66,7. Celková míra jejich resilience dosahovala nižší hodnoty. Studenti a mladí lidé se většinou pohybují v rozmezí 60-70 bodů. Starší osoby většinou mají 70-80 bodů. (muni.cz)

Tabulka 7: Kategorie respondentů (vlastní zpracování, 2023)

Zažili jste mimořádnou událost	Hodnota resilience v průměru	Medián	Směrodatná odchylka
Přímo	64,3	66,5	17,4
Nepřímo	68,3	70	11,6
Nikdy nezažili	67,4	67,5	15,3
Celkem	66,7	68,5	15

Z dotazníku vyplývá, že nejlepší odolnost mají osoby, které mimořádnou událost zažily nepřímo. Může to být způsobeno tím, že dotyční lidé sice událost nezažili přímo, ale byli svědky dané události a to způsobilo, že lidé mohli získat určitou zkušenost, ze které může vzejít připravenost na mimořádnou událost. Výsledek těchto respondentů činil 68,3. I když je hodnota resilience nižší, tak z hlediska výsledků této práce, se řadí tento výsledek mezi nejvyšší hodnoty míry odolnosti. Osoby, které MU nikdy nezažily, mají hodnotu resilience 67,4. Sice je hodnota opět nižší, ale z našeho dotazníku je to druhý nejlepší výsledek z hlediska zjišťování míry resilience. Nejméně odolnou skupinou jsou přímí účastníci. Ze všech získaných výsledků činila nejnižší hodnota 11 a nejvyšší 97.

Tabulka 8: Vliv kategorie lidí na resilienci (vlastní zpracování, 2023)

	<i>Resilience</i>	<i>Kategorie</i>
Míra resilience	1	
Kategorie	0,08	1

Díky statistické metodě bylo zjištěno, že i když se výsledek jeví, že míra resilience může záviset na zkušenosti s MU, tak tomu tak není. Z korelace, která byla provedena v excelu, vyplývá, že pokud člověk MU zažije či nikoliv, tak to neovlivní jeho odolnost. Hypotéza, že prožití MU ovlivní hodnotu resilience, byla tedy vyvrácena.

Tabulka 9: Míra resilience u kategorií osob (vlastní zpracování, 2023)

Kategorie	Přímí účastníci	Nepřímí účastníci	Ti, co nikdy mimořádnou událost nezažili
Mladí lidé (do 26 let)	61,2	68,1	66,1
Ostatní (nad 26 let)	67,3	68,9	68,9

Vzhledem k tomu, že se průměrné hodnoty resilience u mladých lidí a starších pohybují v jiném rozmezí, byla proto vytvořena tabulka s hodnotami resilience za danou skupinu lidí. Získané hodnoty vycházejí ze standardizovaného dotazníku resilience. Největší uskupení mladých lidí je v kategorii respondentů, kteří MU nezažili. U mladých lidí činí hodnota resilience 65, což znamená, že tato hodnota je v průměru, jelikož mladí lidé se pohybují průměrně v rozmezí 60-70 (muni.cz). Zatímco u osob starších 26 let dosahovala míra resilience podprůměrné hodnoty 68, ve srovnání s průměrnou hodnotou, které dosahují dospělí lidé. Poměr osob do 26 let a nad 26 let byl 46:56. Lze vidět, že osoby, které mimořádná událost zasáhla přímo, mají oproti ostatním kategoriím resilienci nižší. I z toho důvodu by mohlo dojít k lepší propagaci psychosociální pomoci a uvést kroky na zlepšení odolnosti na jedno místo nebo více propagovat již existující aplikace první psychické pomoci např.: na Facebook HZS nebo na jinou platformu.

9.2 Pohlaví

V následujících tabulkách lze vidět, jaká je míra resilience u pohlaví a zda má tato míra resilience na pohlaví vliv či nikoliv.

Tabulka 10: Resilience a pohlaví (vlastní zpracování, 2023)

Pohlaví	Počet	Míra resilience
Ženy	54	67,1
Muži	48	66,3

Tabulka 11: Vliv pohlaví na resilienci (vlastní zpracování, 2023)

	Resilience	Pohlaví
Míra resilience	1	
Pohlaví	-0,03	1

Hodnoty resilience u pohlaví jsou takřka na stejné úrovni. Ze statistického šetření bylo zjištěno, že pohlaví nemá vliv na resilienci lidí.

9.3 Vzdělání

V následujících tabulkách lze opět vidět, jaká je míra resilience u osob s daným vzděláním a zda má nejvyšší dosažené vzdělání vliv na míru resilience.

Tabulka 12: Resilience a vzdělání (vlastní zpracování, 2023)

Vzdělání	Míra resilience
Základní	66
Středoškolské bez maturity	55
Středoškolské s maturitou	68
Vysokoškolské bakalářské	66
Vysokoškolské magisterské/inženýrské	71
Vyšší odborné	68

Tabulka 13: Vliv vzdělání na resilienci (vlastní zpracování, 2023)

	Resilience	Vzdělání
Míra resilience	1	
Vzdělání	0,2	1

Dle statistického šetření bylo zjištěno, že je mezi resiliencí a vzděláním slabý vztah ($r = 0,2$). Nejvyšší míru resilience v kategorii přímých účastníků měl respondent, který dosahoval hodnoty 97 a jako vzdělání uvedl vysokoškolské bakalářské. U nepřímých účastníků respondent s nejvyšší mírou resilience 89 také uvedl vysokoškolské bakalářské studium.

U osob, které nikdy MU nezažily, byl nejvyšší skór 94 a jednalo se opět o vysokoškolské vzdělání tentokrát však o magisterské. I když je zde slabý vztah, tak díky zjištění nejvyšších výsledků respondentů bylo potvrzeno, že se vždy jednalo o osoby s vysokoškolským vzděláním.

9.4 Přijetí pomoci

Přímým účastníkům byla položena otázka, zda využili psychosociální pomoc od odborníků. V následující tabulce lze vidět, jaká je míra resilience u osob, které tuto pomoc přijali a které ne.

Tabulka 14: Resilience a přijetí pomoci 1. část (vlastní zpracování, 2023)

Využili jste psychosociální pomoc (míra resilience)	
Ano	72
Ne	60

Ze 34 respondentů uvedlo 38 %, že odbornou psychosociální pomoc využilo. Zbýlých 62 % osob danou pomoc nevyžilo od odborníků, ale od rodiny a podobně. Lze vidět, že osoby, které pomoc přijaly, mají resilience vyšší.

Tabulka 15: Vliv využití pomoci na resilience (vlastní zpracování, 2023)

	<i>Resilience</i>	<i>Využití pomoci</i>
Míra resilience	1	
Využití pomoci	-0,35	1

Ze statistického šetření bylo prokázáno, že lidé, kteří mají nižší resilience, spíše využívají psychosociální pomoc od odborníků. Respondenti, kteří psychosociální pomoc nevyužili, uvedli jako jeden z již zmíněných důvodů, že měli nedostatek informací ohledně možnosti poskytnutí této pomoci a že o ní ani nevěděli. Dalšími důvody mohou být, že se osoby nerady svěřují neznámým lidem nebo si nechtějí přiznat, že to nedokážou bez pomoci odborníků. Také se někteří mohou stydět využít tuto pomoc.

Tabulka 16: Vliv resilience na dostatečnost pomoci (vlastní zpracování, 2023)

	<i>Resilience</i>
Míra resilience	1
Dostačující pomoc od odborníků	-0,64

Ze statistického šetření bylo také zjištěno, že čím nižší resilienci člověk má, tím více je pomoc od odborníků dostačující.

Tabulka 17: Resilience a přijetí pomoci 2. část (vlastní zpracování, 2023)

Využili byste psychosociální pomoc (míra resilience)	
Ano	68,7
Ne	65,1

U osob, které mimořádnou událost nezažily, či osoby, které událost zažily nepřímo, byla položena otázka, zda by pomoc někdy využily.

Tabulka 18: Vliv resilience na přijetí pomoci (vlastní zpracování, 2023)

	<i>Resilience</i>	<i>Využili jste/byste někdy psychosociální pomoc?</i>
Míra resilience	1	
Využili jste/byste někdy psychosociální pomoc?	-0,24	1

Ze statistického šetření bylo zjištěno, že čím nižší hodnotu resilience člověk má, tak tím více jeví zájem o využití psychosociální pomoci. Ti, kteří by pomoc nepřijali od odborníků, uvedli jako důvod, že by se zkusili vyrovnat sami se situací (viz kapitola č. 8.1, otázka č. 11).

Tabulka 19: Vliv resilience na možnosti přijetí pomoci (vlastní zpracování, 2023)

	<i>Resilience</i>
Míra resilience	1
Rodina	0,21
Přátelé	-0,10
Víra	0,16
Odborníci	-0,40
Pomohl jsem si sám	0,15
Kolegové	0,07
Známí	-0,16
Spolužáci	-0,11

Výsledky statistického šetření určily, že na větší míru resilience může mít vliv i rodina ($r = 0,21$), ale také víra ($r = 0,16$). Dále bylo zjištěno, že se snižující se mírou resilience lidé spíše vyhledávají pomoc od odborníka ($r = -0,40$).

9.5 Vliv znalosti komunikace na resilienci

Z následujících tabulek je patrné, jaká je míra resilience lidí, kteří ví, jak s lidmi komunikovat, ale také i těch, kteří by ocenili informace k lepší komunikaci s člověkem v MU.

Tabulka 20: Vliv znalosti komunikace na resilienci (vlastní zpracování, 2023)

Kategorie	Víte, jak komunikovat s člověkem, který se ocitl v MU?	Počet	Průměrná míra resilience
Přímí účastníci	Ano	17	71,5
	Ne	17	56,3
Nepřímí účastníci	Ano	29	69,6
	Ne	5	61,2
Ti, co nikdy MU nezažili	Ano	12	71,1
	Ne	22	65,5

Průměrná míra resilience u jednotlivých kategorií naznačuje, že osoby, které mají resilienci vyšší, tak vědí, jak komunikovat s lidmi zasaženými MU.

Tabulka 21: Vliv znalosti komunikace na resilienci (vlastní zpracování, 2023)

	Resilience	Víte, jak komunikovat s člověkem, co je v MU?
Míra resilience	1	
Víte, jak komunikovat s člověkem, co je v MU?	-0,3	1

Avšak podle statistického šetření bylo zjištěno, že se snižující se hodnotou resilience lidé více vnímají, že ví, jak s lidmi komunikovat. U přímých účastníků měl nejnižší hodnotu respondent, který uvedl, že ví, jak s lidmi komunikovat. Hodnota resilience tohoto respondenta činila pouhých 11. U nepřímých účastníků měl nejhorší skóre respondent, který dosahoval hodnoty 33 a taktéž uvedl, že ví, jak s lidmi komunikovat. U osob, které MU nikdy nezažily, byl taktéž respondent s nejnižší hodnotou (27), který také uvedl, že ví, jak komunikovat. Čím nižší mají lidé hodnotu resilience, tím více se domnívají, že ví, jak s lidmi komunikovat.

Tabulka 22: Ocenění více informací ohledně komunikace a míra resilience (vlastní zpracování, 2023)

Kategorie	Ocenili byste, kdybyste měli více informací o tom, jak komunikovat s člověkem v MU?	Počet	Průměrná míra resilience
Přímí účastníci	Ano	31	63,8
	Ne	3	67,7
Nepřímí účastníci	Ano	29	67
	Ne	5	78
Ti, co nikdy MU nezažili	Ano	31	65,6
	Ne	3	86,7

Tabulka 23: Vliv resilience pro více informací ke komunikaci (vlastní zpracování, 2023)

	Resilience	Ocenili byste více informací k tomu, jak komunikovat s člověkem?
Míra resilience	1	
Ocenili byste více informací k tomu, jak komunikovat s člověkem?	0,3	1

Ze statistického hlediska by lidé s nižší resiliencí uvítali více informací ohledně možnosti, jak komunikovat s lidmi, kteří se nacházejí v MU. Bylo by to vhodné pro osoby, které by se někdy mohly ocitnout v MU, aby dokázaly poskytnout první psychickou pomoc. Z tabulky je patrné, že osoby, které by ocenily více informací, tak mají resilienci nižší než osoby, které by více informací neuvítaly. Z hlediska počtu osob je také zřejmé, že respondenti, kteří v předchozí otázce odpověděli, že ví, jak s lidmi komunikovat, tak by informace navíc přesto uvítali.

9.6 Jiné faktory

V následující tabulce lze vidět hodnoty korelací a závislost na různých faktorech.

Tabulka 24: Vliv resilience na jiné faktory (vlastní zpracování, 2023)

	Resilience
Věk	0,08
Jak je to dlouho od MU?	-0,03
STUDENTI	0,02
IZS/AČR	-0,14

Věk ($r = 0,08$) respondentů, ani doba od uplynutí ($r = -0,03$) dle výsledků z dotazníkového šetření nejsou ze statistického hlediska závislé na míře resilience. Statistická metoda byla

použita u nepřímých účastníků, kde bylo zjištěno, že na vyšší míru resilience nemá ani vliv, zda je člověk z IZS ($r = -0,14$) či je studentem ($r = 0,02$).

9.7 Dílčí závěr

Byly zde zodpovězeny otázky týkající se resilience. Pomocí korelace bylo zjištěno, že psychosociální pomoc od odborníků vyhledávají spíše méně odolní lidé. Hypotéza, že zkušenost s mimořádnou událostí ovlivní resilienci lidí, byla vyvrácena, jelikož ze statistického hlediska bylo prokázáno, že pokud člověk zažije či nezažije mimořádnou událost, nemá tato zkušenost vliv na míru resilience. Dále bylo zjištěno, že resilience u respondentů dosahovala nižších hodnot a mělo by dojít k větší propagaci psychosociální pomoci, jelikož někteří respondenti uvedli, že o pomoci nevěděli. Dle šetření byla pomoc od odborníků dostačující. Avšak víra či rodina má na resilienci taktéž vliv.

Za pomoci korelace v excelu dále výsledky ukazují, že s nižší resiliencí lidé spíše více vnímají, že ví, jak s lidmi komunikovat. Tyto výsledky jsou překvapivé. Také z výsledků vyplývá, že lidé s nižší resiliencí, ale i někteří, kteří ví, jak s lidmi komunikovat, by uvítali více informací, které by byly přínosné k lepší komunikaci mezi přímou osobou v MU a nepřímou osobou MU.

Pohlaví, věk na míru resilience nemá vliv. Avšak mezi resiliencí a vzděláním byl slabý vztah a mohlo by to znamenat, že vzdělání má vliv na míru resilience.

ZÁVĚR A DOPORUČENÍ NA ZLEPŠENÍ

Výzkumné otázky byly zodpovězeny a bylo zjištěno, že informovanost ohledně možnosti využití této pomoci je nedostatečná. Lidé by ocenili více informací ohledně této pomoci, stejně jako by ocenili více informací ohledně toho, jak s lidmi nacházející se v MU komunikovat. Dále bylo zjištěno, že zkušenost s mimořádnou událostí neovlivní míru resilience. Podle statistického hlediska bylo prokázáno, že pokud člověk zažije či nezažije mimořádnou událost, nemá tato zkušenost vliv na míru resilience. Co však má vliv, je to, že pokud je člověk méně odolný, tak spíše vyhledává pomoc od odborníků, zatímco u lidí, kteří mají resilienci vyšší je tomu naopak. Tito lidé vyhledávají pomoc např.: u přátel, rodin, sebe či kněze. Vzhledem k tomu, že respondenti starších 26 let dosahovali nižší hodnoty resilience, bylo zjištěno, že jejich míra resilience je podprůměrná, jelikož průměrný dospělý člověk se pohybuje okolo hodnoty 70-80 (mini.cz). Zatímco tito respondenti dosahovali hodnoty 68. Míra resilience u mladých lidí dosahovala hodnoty 65, což je průměrný výsledek, jelikož mladí lidé se pohybují v rozmezí 60-70 (muni.cz). Pomocí korelace bylo zjištěno, že na vyšší míru resilience má vliv víra a také rodina. Zajímavým zjištěním bylo, že se snižující se mírou resilience více lidé vnímají, že ví, jak s lidmi během MU komunikovat. Na vyšší míru resilience má také vliv, i navzdory malé shodě, vzdělání. U všech tří kategorií osob, bylo zjištěno, že nejvyšších výsledků resilience dosahovaly osoby, které uvedly jako nejvyšší dosažené vzdělání vysokoškolské.

Lidé nikdy neví, kdy je nějaká MU potká. Zda to bude přímo či nepřímo. Avšak je potřeba být alespoň na takovou situaci připraven, jelikož určité kroky na první psychickou pomoc mohou pomoci nejen někomu, komu by byly poskytnuty tyto kroky, ale lze z nich vyvodit i pomoc pro osoby, které by MU zasáhla přímo a nebyl by na místě nikdo jiný kromě osoby zasažené. Informace by mohly být seskupeny na jedno místo, kde by byly právě údaje ohledně psychosociální pomoci a organizací či osob, které tuto pomoc poskytují. Dále by zde byly poznatky k první psychické pomoci, jak tuto pomoc poskytnout nebo jak s člověkem během MU komunikovat. Informace by byly nejen užitečné pro lepší zařazení zpět do běžného života či ke zvýšení resilience, ale zároveň by mohly sloužit k lepší prevenci před psychosociálními problémy. Je důležité také zmínit, že již existují aplikace na první psychickou pomoc. To však neznamená, že není potřeba tuto pomoc více propagovat. Jelikož výsledky ukazují, že je nedostatečná informovanost mezi lidmi ohledně pomoci a také by lidé ocenili více informací ohledně komunikace s lidmi v MU, je potřeba alespoň tyto aplikace více rozšířit do povědomí lidí.

Jeden z návrhů, pro který respondenti nejvíce hlasovali, bylo zavedení **školení ve školách**. Mohlo by dojít k zavedení této pomoci již na druhém stupni základních škol či na středních školách. Je otázkou, zda branná výchova bude opět zavedena a pokud by tomu tak bylo, mohla by být tato výuka o této pomoci součástí branné výchovy.

Dále k lepšímu povědomí lidí o této pomoci a o krocích na první psychickou pomoc by mohlo dojít, pokud by došlo k **natočení seriálu**, který by se zabýval touto problematikou. V dnešní době existuje spousta televizních pořadů ohledně lékařství či různé kriminálky, tak proč by nemohlo být natočeno něco, co by se lidem více vrylo do paměti a zároveň by to mohlo být přínosné. Skutečné příběhy, které by byly zfilmované, by mohly lidem pomoci, obzvláště pak lidem, kteří si prošli podobnou situací. Také by to však mohlo být přínosné pro obyvatele, kteří si sice MU neprošli, ale získali by určité znalosti o této pomoci a osvojili by si určité kroky, jak s lidmi v MU jednat. Pro návrh televizních pořadů bylo 43 % ze všech respondentů.

Další návrh, jak by se co nejširší veřejnost seznámila s touto pomocí a osvojila si určité kroky první psychické pomoci, by mohlo být, pokud by došlo k zavedení **pár hodin výuky v autoškolách**. Sice by se to projevilo na vyšší ceně řidičského průkazu, ale tento způsob by se dle mého názoru rozšířil více mezi obyvatele.

Také by mohlo dojít k uskupení informací na **facebookové stránky HZS**, avšak zde je potřeba brát v úvahu, že mnoho lidí nemá Facebook obzvláště pak lidé starší. Respondenti navrhli, že by k lepší informovanosti mohla přispět **reklama**. Dle mého názoru by mohla být reklama umístěna buď na sociální síť nebo v **regionálních televizích**. Také by mohla být pomoc zmíněna v **radiovém vysílání**. Dále lidé hlasovali pro **workshopy, letáčky** či **kurzy**. Respondenti navrhli, že by mohlo dojít ke zmínění této pomoci i v kázání během mší svatých. Také by mohlo dojít k sestavení **praktické příručky**. Tyto návrhy by mohly sloužit i jako doporučení k lepší propagaci aplikací ohledně první psychické pomoci.

Cíl bakalářské práce byl splněn. Pomocí dotazníkového šetření byly zodpovězeny výzkumné otázky. V praktické části, která se skládá ze dvou částí, a to z dotazníku, který zjišťuje informovanost ohledně využití této pomoci, tak i z dotazníku zjišťující resilienci obyvatel, je za každou částí uveden dílčí závěr. Doporučení byla zmíněna v této kapitole. Jak bylo již zmíněno, tak MU má ve většině případů dopad na majetek, ale také může mít negativní dopad na psychiku člověka. Psychickou odolnost člověka nelze spatřit pouhýma očima, proto je potřeba pamatovat i na tuto stránku, která je velice důležitá pro zvládání podobných situací. Kroky na lepší zařazení zpět do běžného života nebo více informací by mohly

pomoci lidem, kteří tuto pomoc chtějí přijmout, ale bohužel neví, na koho se obrátit. Dále jsou i lidé, kteří se stydí za to, že potřebují pomoc nebo nedůvěřují odborníkům, ale i přesto by potřebovali pomoci. Kroky na zlepšení resilience a celkově kroky na lepší zařazení člověka zpět do běžného života mohou být přínosné pro samotné osoby, které si díky těmto radám mohou pomoci samy. Kdo je alespoň z části připraven, tak není tolik zaskočen jak někdo, kdo neví o pomoci a o komunikaci s člověkem v MU vůbec nic.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

Adra, *Historie* [online]. © 2020-2023 [cit. 2022-08-03]. Dostupné z: <https://adra.cz/onas/historie/>

American Psychological Association. *Resilience* [online]. © 2023 [cit. 2023-04-07]. Dostupné z: <https://www.apa.org/topics/resilience>

BAŠTECKÁ, Bohumila et al., 2005. *Terénní krizová práce: psychosociální intervenční týmy*. Praha: Grada. ISBN 80-247-0708-X.

BAŠTECKÁ, Bohumila et al., 2013. *Psychosociální krizová spolupráce*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4195-6.

BAŠTECKÁ, Bohumila, 2010. Seminář na téma „*Psychosociální krizová pomoc a spolupráce*“ [online]. 17. května 2010 [cit. 2022-08-03]. Dostupné z: [https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKEwi t0JWahc39AhV_VfEDHUu-](https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKEwi t0JWahc39AhV_VfEDHUu-AuoQFnoECCMQAQ&url=https%3A%2F%2Fmost.vspj.cz%2Ffiles%2F5%2Fkrizova_pomoc.pdf&usg=AOvVaw14WjYqErpV9AUN1uP6PGd)

https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKEwi t0JWahc39AhV_VfEDHUu-AuoQFnoECCMQAQ&url=https%3A%2F%2Fmost.vspj.cz%2Ffiles%2F5%2Fkrizova_pomoc.pdf&usg=AOvVaw14WjYqErpV9AUN1uP6PGd

BOZP.cz. Mimořádná událost. Definice, druhy a řešení prostřednictvím IZS. *BOZP a PO – bezpečnost práce moderně a efektivně* [online]. © 2022 [cit. 2022-10-02]. Dostupné z: <https://www.bozp.cz/aktuality/mimoradna-udalost/>

ČESKO, 2000. Zákon č. 239 ze dne 28. června 2000 o integrovaném záchranném systému a o změně některých zákonů. In: *Sbírka zákonů České republiky*. Dostupné také z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2000-239?text=integrovaný%20záchranný%20systém>

ČESKO, 2006. Zákon č. 108 ze dne 14. března 2006 o sociálních službách. In: *Sbírka zákonů České republiky*. Dostupné také z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2006-108>

Český červený kříž. *Ústřední krizový tým* [online]. [cit. 2023-01-12]. Dostupné z: <https://www.cervenýkriz.eu/ustredni-krizovy-tym>

DLOUHÝ, Martin et al., 2014. *Krizová komunikace v zátěžových situacích*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu. ISBN 978-80-87647-12-7.

Evangnet. Odkazy: *Psychosociální intervenční tým* [online]. © 2001-2023 [cit. 2023-04-18]. Dostupné z: https://www.evangelnet.cz/odkazy/instituce/pomoc_bli_nim/242-psychosocialni_interven_ni_tym

ExcelTown.com. *Korelace – co to je korelace a co znamená korelační koeficient* [online]. ©2020 [cit. 2023-03-21]. Dostupné z: <https://exceltown.com/navody/pokrocila-analyza-regrese-korelace/korelace-co-to-vlastne-je/>

GARDNER, Roxane. *Introduction to debriefing*. Seminars in Perinatology [online]. 2013, vol. 37, iss. 3, s. 166-174 [cit. 2022-11-29]. ISSN 0146-0005. Dostupné z: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S014600051300030X>

GRUHL, Monika a Hugo KÖRBÄCHER, 2013. *Psychická odolnost v každodenním životě*. Přeložil Petr BABKA. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0345-2.

Charita České republiky. *Doma* [online]. © 2022a [cit. 2022-12-23]. Dostupné z: <https://www.charita.cz/jak-pomahame/doma/>

Charita České republiky. *Humanitární pomoc* [online]. © 2022b [cit. 2022-12-23]. Dostupné z: <https://www.charita.cz/jak-pomahame/doma/humanitarni-pomoc/>

Charita České republiky. *O nás* [online]. © 2022c [cit. 2022-12-23]. Dostupné z: <https://svet.charita.cz/o-nas/>

Charita Uherský Brod. *Budování psychické odolnosti nejen pro dobrovolníky*. [online]. © 2023 [cit. 2023-03-11]. Dostupné z: <https://www.uhbrod.charita.cz/typy-stranek/clanky/regionalni-dobrovolnicke-centrum-zlinskeho-kraje/budovani-psychicke-odolnosti-nejen-pro-dobrovolniky/>

CHARITA ZLÍN. *Mimořádné události na Zlínku* [online]. Zlín: Charita Česká republika, © 2022 [cit. 2022-10-08]. Dostupné z: <https://www.zlin.charita.cz/odkazy/mimoradne-udalosti-na-zlinsku/>

KAČEŇÁK, Robert. Psychická první pomoc. In: *Psychologie.cz. Homepage* [online]. 16. 12. 2013 [cit. 2022-08-09]. Dostupné z: <https://psychologie.cz/psychicka-prvni-pomoc/>

MAKWANA, Nikunj. *Disaster and its impact on mental health: A narrative review*. [online]. 31. October 2019, J Family Med Prim Care, 8 (10): 3090-3095 [cit. 2022-12-20]. Dostupné z: doi: 10.4103/jfmprc.jfmprc_893_19

Ministerstvo vnitra České republiky. *Mezinárodní projekty* [online]. © 2023a [cit. 2023-02-10] Dostupné z: <https://www.mvcr.cz/mvcren/docDetail.aspx?docid=21465308&docType=ART&chnum=1>

- Ministerstvo vnitra České republiky. *Zpravodajství* [online]. © 2023b [cit. 2023-02-01]. Dostupné z: <https://www.mvcr.cz/mvcren/docDetail.aspx?docid=21642283&doctype=ART>
- Muni.cz. *Orientační dotazník resilience* [online]. [cit. 2023-03-11]. Dostupné z: https://is.muni.cz/el/ped/podzim2020/SPp610/Resilience_dotaznik.pdf
- National Center For Disaster Preparedness. *Vulnerable Populations* [online]. © 2022 [cit. 2022-12-22]. Dostupné z: <https://ncdp.columbia.edu/research/vulnerable-populations/>
- Nepanikar.eu [online]. ©2023 [cit. 2023-04-07]. Dostupné z: <https://nepanikar.eu/>
- Opatruj.se [online]. © 2021 [cit. 2023-03-11]. Dostupné z: <https://www.opatruj.se/>
- PAULÍK, Karel, 2017. *Psychologie lidské odolnosti*. 2., přepracované a doplněné vydání. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5646-2.
- Policie České republiky. *Pomoc zasaženým osobám* [online]. © 2022a [cit. 2022-08-08]. Dostupné z: <https://www.policie.cz/clanek/pomoc-zasazenym-osobam.aspx>
- Policie České republiky. *Psychologické dopady mimořádné události* [online]. © 2022b [cit. 2022-12-22]. Dostupné z: <https://www.policie.cz/clanek/psychologicke-dopady-mimoradne-udalosti.aspx>
- Psychosocial Support IFRC. *A Short Introduction to Psychological First Aid* [online]. © 2021 [cit. 2023-04-07]. Dostupné z: <https://pscentre.org/?resource=pfa-a-short-introduction&selected=single-resource>
- REICH, John. Three psychological principles of resilience in natural disasters. *Disaster Prevention and Management: An International Journal* [online]. 2006, vol. 15, iss. 5, s. 793-798 [cit. 2023-04-08]. ISSN: 0965-3562. Dostupné z: <https://doi.org/10.1108/09653560610712739>
- Slovník cizích slov. *Pojem resilience* [online]. © 2005-2022 [cit. 2022-11-16]. Dostupné z: <https://slovník-cizich-slov.abz.cz/web.php/slovo/resilience>
- SOS centrum – Diakonie ČCE. *Krizová intervence* [online]. © 2022 [cit. 2022-12-23]. Dostupné z: <https://www.soscentrum.cz/nase-sluzby/krizova-intervence/>
- Standardy psychosociální krizové pomoci a spolupráce zaměřené na průběh a výsledek*, 2010. Praha: Ministerstvo vnitra – generální ředitelství Hasičského záchranného sboru ČR. ISBN 978-80-86640-46-4.

Statistická ročenka Zlínského kraje. In: *Český statistický úřad*, 2022. ISBN 978-80-250-3232-9. Dostupné také z: <https://www.czso.cz/documents/10180/165171467/33009822.pdf/4e647ec3-d940-4305-a39c-70016fceb25a?version=1.17>

Statistická ročenka Zlínského kraje. Zlín: Český statistický úřad, 2021. ISBN 978-80-250-3118-6. Dostupné také z: <https://www.czso.cz>

Strategie rozvoje Zlínského kraje 2030, 2019. In: *Zlínský kraj: strategie rozvoje Zlínského kraje 2030* [online]. [cit. 2022-11-08]. Dostupné z: <https://www.kr-zlinsky.cz/docs/clanky/dokumenty/14192/strategie-rozvoje-zlinskeho-kraje-2030.pdf>

Šance dětem. *Slovník pojmů* [online]. 2011–2022 [cit. 2022-11-16]. Dostupné z: <https://sancedetem.cz/slovník-pojmu?page=2>

ŠEBLOVÁ, Jana, 2007. In: VESELÁ, M. *Posttraumatická intervenční péče u zdravotnických záchranářů záchranné služby Středočeského kraje*. Kladno, 2015. Bakalářská práce. České vysoké učení technické v Praze, Fakulta biomedicínského inženýrství, Katedra lékařských a humanitních oborů. Vedoucí bakalářské práce: Jana Šeblová.

ŠOLCOVÁ, Iva, 2009. *Vývoj resilience v dětství a dospělosti*. Praha: Grada. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-2947-3.

ŠPATENKOVÁ, Naděžda et al., 2017. *Krize a krizová intervence*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5327-0.

Terminologický slovník – krizové řízení a plánování obrany státu, © 2022. In: *Ministerstvo vnitra České republiky* [online]. [cit. 2022-10-31]. Dostupné z: <https://www.mvcr.cz/soubor/terminologicky-slovník-mv-verze-ke-stazeni.aspx>

Typová činnost složek IZS při poskytování psychosociální pomoci STČ 12/IZS, 2015. In: *Hasičský záchranný sbor České republiky* [online]. [cit. 2022-11-22]. Dostupné z: <http://www.hzscr.cz/soubor/stc-12-izs-typova-cinnost-slozek-izs-pri-poskytovani-psychosocialni-pomoci-122015-pdf.aspx>

VILÁŠEK, Josef, Miloš FIALA a David VONDRÁŠEK, 2014. *Integrovaný záchranný systém ČR na počátku 21. století*. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-2477-8.

VODÁČKOVÁ, Daniela et al., 2002. *Krizová intervence: [krize v životě člověka: formy krizové pomoci a služeb]*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-696-9.

VYMĚTAL, Štěpán, 2009. *Krizová komunikace a komunikace rizika*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2510-9.

WALLER, Margaret A. Resilience in ecosystemic context: Evolution of the concept. *American Journal of orthopsychiatry* [online]. 2001, 71(3), 290-297 [cit. 2023-04-08]. ISSN 0002-9432. Dostupné z: <https://doi.org/10.1037/0002-9432.71.3.290>

WOLF ČAPKOVÁ, Martina a Jana MAJZLÍKOVÁ. Mobilní aplikace První psychická pomoc: pomůcka při stabilizaci člověka v náročné životní situaci. *EPSYCHOLOGIE elektornický časopis ČMPS* [online]. 2019, 13(4) [cit. 2022-11-16]. ISSN 1802-8853. Dostupné z: https://e-psycholog.eu/pdf/Wolf-Capkova_Majzlikova-zp.pdf

Zlínský kraj. *Základní charakteristika Zlínského kraje* [online]. 20. 4. 2021 [cit. 2022-06-22]. Dostupné z: <https://www.kr-zlinsky.cz/zakladni-charakteristika-kraje-cl-3685.html>

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

ADRA	Adventist Development and Relief Agency
Apod.	a podobně
Atd.	a tak dál
č.	číslo
ČČK	Český červený kříž
EU	Evropská unie
HZS ČR	Hasičský záchranný sbor České republiky
IZS	Integrovaný záchranný systém
KIP	Komunitní intervenční týmy
MU	Mimořádná událost
např.	například
NCDP	National Center for Disaster Preparedness
NNO	Národní nezisková organizace
OPIS	Operační a informační středisko
PČR	Policie České republiky
PFA	Psychological First Aid
PIT	Psychosociální intervenční týmy
Sb.	sbírky
SOS	Save Our Soulsadra
STČ	Soubor typové činnosti
str.	strana
USA	United States of America
WHO	World Health Organization
z. s. p. o.	zájmové sdružení právnických osob

SEZNAM GRAFŮ

Graf 1: Kategorie a pohlaví respondentů (vlastní zpracování, 2023).....	39
Graf 2: Věk respondentů (vlastní zpracování, 2023).....	39
Graf 3: Nejvyšší dosažené vzdělání (vlastní zpracování, 2023).....	41
Graf 4: Znalost ohledně odborné pomoci (vlastní zpracování, 2023)	42
Graf 5: Znalost ohledně organizací (vlastní zpracování, 2023).....	43
Graf 6: Znalost respondentů v jednotlivých kategoriích ohledně organizací (vlastní zpracování, 2023).....	43
Graf 7: Využili jste nabídky psychosociální pomoci? (vlastní zpracování, 2023).....	45
Graf 8: Využili byste psychosociální odbornou pomoc? (vlastní zpracování, 2023).....	46
Graf 9: Preference přijetí psychosociální pomoci (vlastní zpracování, 2023).....	47
Graf 10: Informovanost v kraji (vlastní zpracování, 2023)	48
Graf 11: Návrhy na zlepšení informovanosti podle počtu osob (vlastní zpracování, 2023)	50
Graf 12: Znalost komunikace během mimořádné události (vlastní zpracování, 2023).....	50
Graf 13: Více informací pro lepší komunikaci (vlastní zpracování, 2023)	51
Graf 14: Doba od uplynutí události (vlastní zpracování, 2023)	53
Graf 15: Druh mimořádné události (vlastní zpracování, 2023).....	53
Graf 16: Překonání mimořádné události (vlastní zpracování, 2023).....	54
Graf 17: Přijetí pomoci (vlastní zpracování, 2023)	55
Graf 18: Dostatečnost pomoci (vlastní zpracování, 2023)	55
Graf 19: Vyhledání stejné nebo jiné pomoci v budoucnu (vlastní zpracování, 2023).....	56
Graf 20: Vztah k mimořádné události (vlastní zpracování, 2023).....	58

SEZNAM TABULEK

Tabulka 1: Procentuální uspořádání v jednotlivých kategoriích (vlastní zpracování, 2023)	40
Tabulka 2: Návrhy na zlepšení informovanosti (vlastní zpracování, 2023)	49
Tabulka 3: Procentuální uspořádání u nepřímých účastníků (vlastní zpracování, 2023)	51
Tabulka 4: Počet respondentů, kteří uvedli, že pomoc nebyla dostačující (vlastní zpracování, 2023)	56
Tabulka 5: Respondenti, kteří jsou pro stejnou podobu pomoci (vlastní zpracování, 2023)	57
Tabulka 6: Respondenti, kteří jsou pro jinou podobu pomoci (vlastní zpracování, 2023) ..	57
Tabulka 7: Kategorie respondentů (vlastní zpracování, 2023)	60
Tabulka 8: Vliv kategorie lidí na resilienci (vlastní zpracování, 2023)	61
Tabulka 9: Míra resilience u kategorií osob (vlastní zpracování, 2023)	61
Tabulka 10: Resilience a pohlaví (vlastní zpracování, 2023)	62
Tabulka 11: Vliv pohlaví na resilienci (vlastní zpracování, 2023)	62
Tabulka 12: Resilience a vzdělání (vlastní zpracování, 2023)	62
Tabulka 13: Vliv vzdělání na resilienci (vlastní zpracování, 2023)	62
Tabulka 14: Resilience a přijetí pomoci 1. část (vlastní zpracování, 2023)	63
Tabulka 15: Vliv využití pomoci na resilienci (vlastní zpracování, 2023)	63
Tabulka 16: Vliv resilience na dostatečnost pomoci (vlastní zpracování, 2023)	63
Tabulka 17: Resilience a přijetí pomoci 2. část (vlastní zpracování, 2023)	64
Tabulka 18: Vliv resilience na přijetí pomoci (vlastní zpracování, 2023)	64
Tabulka 19: Vliv resilience na možnosti přijetí pomoci (vlastní zpracování, 2023)	64
Tabulka 20: Vliv znalosti komunikace na resilienci (vlastní zpracování, 2023)	65
Tabulka 21: Vliv znalosti komunikace na resilienci (vlastní zpracování, 2023)	65
Tabulka 22: Ocenění více informací ohledně komunikace a míra resilience (vlastní zpracování, 2023)	66
Tabulka 23: Vliv resilience pro více informací ke komunikaci (vlastní zpracování, 2023) ..	66
Tabulka 24: Vliv resilience na jiné faktory (vlastní zpracování, 2023)	66
Tabulka 25: Rozmezí korelací (exceltown.com, ©2020)	90

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha P I: Dotazníkové šetření

Příloha P II: Odpovědi respondentů

Příloha P III: Tabulka rozmezí korelace

PŘÍLOHA P I: DOTAZNÍKOVÉ ŠETŘENÍ

1. Zažili jste mimořádnou událost jako?
 - a. Byli jste přímými účastníky MU (mimořádná událost se přihodila Vám)
 - b. Byli jste nepřímými účastníky MU (MU se nestala přímo Vám, ale byli jste svědkem MU, pomáhali jste na místě MU, MU se stala někomu z vašich blízkých/známých apod.)
 - c. Nikdy jste mimořádnou událost nezažili

Přímí účastníci mimořádné události

2. Pohlaví?
 - a. Muž
 - b. Žena
 - c. Jiná: _____
3. Věk? (*volná odpověď*)
4. Bydlíte ve Zlínském kraji?
 - a. Ano
 - b. Ne
5. Nejvyšší dosažené vzdělání?
 - a. Základní
 - b. Středoškolské s maturitou
 - c. Středoškolské bez maturity
 - d. Vysokoškolské bakalářské
 - e. Vysokoškolské magisterské
 - f. Jiná: _____
6. Zaměstnání?
 - a. Složka IZS
 - b. Student

c. Nezaměstnaný

d. Jiná: _____

7. Jak je to dlouho od doby, co jste zažili mimořádnou událost? (*volná odpověď*)

8. O jakou událost se jednalo? (*volná odpověď*)

9. Myslíte si, že jste mimořádnou událost překonali?

a. Ano

b. Ne

10. Jaká pomoc Vám byla poskytnuta? (*volná odpověď*)

11. Kdo všechno Vám pomáhal?

a. Odborníci

f. Známi

b. Rodina

g. Kolegové v práci

c. Přátelé

h. Spolužáci

d. Pomohl jsem si sám

i. Jiná: _____

e. Víra

12. Byla tato pomoc dostačující?

a. Ano

b. Ne

13. Víte, na koho se obrátit, pokud byste chtěli využít odbornou psychosociální pomoc?

a. Ano

b. Ne

14. Znáte nějaké organizace, které poskytují psychosociální pomoc?

a. Ano

b. Ne

15. Jaké to jsou? (*volná odpověď*)

16. Jak byste ohodnotili komunikaci s odborníky poskytujícími psychosociální pomoc?

(*volná odpověď*)

17. Co byste na této komunikaci zlepšili? (*volná odpověď*)
18. Od koho byste přijali psychosociální pomoc nejraději?
- a. Od rodiny
 - b. Od odborníků
 - c. Od přátel
 - d. Jiná: _____
19. Využili jste někdy Vy sami nabídky psychosociální pomoci?
- a. Ano
 - b. Ne
20. Byla Vám tato pomoc poskytnuta odborníky nebo Vašimi známými či příbuznými?
(*volná odpověď*)
21. Proč jste přijali pomoc v této podobě? (Proč ne raději pomoc od odborníků/známých/příbuzných?) (*volná odpověď*)
22. V čem konkrétně pro Vás byla tato pomoc přínosná? Nebo v čem spočívalo Vaše zklamání? (*volná odpověď*)
23. Vyhledali byste stejnou pomoc znovu? Nebo byste raději zvolili jinou podobu psychosociální pomoci?
- a. Znovu
 - b. Jiná podoba by byla lepší
24. Myslíte si, že je dobrá informovanost ve Zlínském kraji o možném poskytnutí psychosociální pomoci?
- a. Ano
 - b. Ne
 - c. Jiná: _____
25. Co byste uvítali, aby došlo ke zlepšení informovanosti mezi obyvateli o psychosociální pomoci?
- a. Workshopy
 - b. Školení v zaměstnání
 - c. Školení ve školách
 - d. Kurzy

e. Letáčky g. Jiná: _____

f. Televizní pořady

26. Víte, jak komunikovat s člověkem, který se ocitl v MU?

a. Ano

b. Ne

27. Ocenili byste, kdybyste měli více informací o tom, jak komunikovat s člověkem v MU?

a. Ano

b. Ne

Nepřímí účastníci mimořádné události

2. Pohlaví?

a. Muž

b. Žena

c. Jiná: _____

3. Věk? (*volná odpověď*)

4. Bydlíte ve Zlínském kraji?

a. Ano

b. Ne

5. Nejvyšší dosažené vzdělání?

a. Základní

b. Středoškolské s maturitou

c. Středoškolské bez maturity

d. Vysokoškolské bakalářské

e. Vysokoškolské magisterské

f. Jiná: _____

6. Zaměstnání?

- a. Složka IZS
- b. Student
- c. Nezaměstnaný
- d. Jiná: _____

7. Zažili jste nějakou mimořádnou událost jako?

- a. Svědek
- b. Dobrovolník
- c. Člen zasahujících složek mimořádné události
- d. Jiná: _____

8. Víte, na koho se obrátit, pokud byste chtěli využít odbornou psychosociální pomoc?

- a. Ano
- b. Ne

9. Znáte nějaké organizace, které poskytují psychosociální pomoc?

- a. Ano
- b. Ne

10. Jaké to jsou? (*volná odpověď*)

11. Využili byste někdy Vy sami nabídky psychosociální pomoci během mimořádné události?

- a. Ano
- b. Ne

12. Proč byste využili či nevyužili této pomoci? (*volná odpověď*)

13. Od koho byste přijali psychosociální pomoc nejraději?

- a. Od rodiny
- b. Od odborníků
- c. Od přátel
- d. Jiná: _____

14. Proč byste přijali pomoc v této podobě? (Proč ne raději pomoc od odborníků/známých/příbuzných?) *(volná odpověď)*
15. Myslíte si, že je dobrá informovanost ve Zlínském kraji o možném poskytnutí psychosociální pomoci?
- a. Ano
 - b. Ne
16. Co byste uvítali, aby došlo ke zlepšení informovanosti mezi obyvateli o psychosociální pomoci?
- a. Workshopy
 - b. Školení v zaměstnání
 - c. Školení ve školách
 - d. Kurzy
 - e. Letáčky
 - f. Televizní pořady
 - g. Jiná: _____
17. Víte, jak komunikovat s člověkem, který se ocitl v MU?
- a. Ano
 - b. Ne
18. Ocenili byste, kdybyste měli více informací o tom, jak komunikovat s člověkem v MU?
- a. Ano
 - b. Ne

Ti, co se s mimořádnou událostí ještě nesetkali a nezažili ji

2. Pohlaví?
- a. Muž
 - b. Žena
 - c. Jiná: _____
3. Věk? *(volná odpověď)*
4. Bydlíte ve Zlínském kraji?
- a. Ano

b. Ne

5. Nejvyšší dosažené vzdělání?

a. Základní

b. Středoškolské s maturitou

c. Středoškolské bez maturity

d. Vysokoškolské bakalářské

e. Vysokoškolské magisterské

f. Jiná: _____

6. Zaměstnání?

a. Složka IZS

b. Student

c. Nezaměstnaný

7. Víte, na koho se obrátit, pokud byste chtěli využít odbornou psychosociální pomoc?

a. Ano

b. Ne

8. Znáte nějaké organizace, které poskytují psychosociální pomoc?

a. Ano

b. Ne

9. Jaké to jsou? (*volná odpověď*)

10. Od koho byste přijali psychosociální pomoc nejraději?

a. Od rodiny

b. Od odborníků

c. Od přátel

d. Jiná: _____

11. Využili byste někdy Vy sami nabídky psychosociální pomoci během mimořádné události?

a. Ano

b. Ne

12. Proč byste využili či nevyžili této pomoci? (*volná odpověď*)

13. Myslíte si, že je dobrá informovanost ve Zlínském kraji o možném poskytnutí psychosociální pomoci?

a. Ano

b. Ne

14. Co byste uvítali, aby došlo ke zlepšení informovanosti mezi obyvateli o psychosociální pomoci?

a. Workshopy

e. Letáčky

b. Školení v zaměstnání

f. Televizní pořady

c. Školení ve školách

g. Jiná: _____

d. Kurzy

15. Víte, jak komunikovat s člověkem, který se ocitl v MU?

a. Ano

b. Ne

16. Ocenili byste, kdybyste měli více informací o tom, jak komunikovat s člověkem v MU?

a. Ano

b. Ne

PŘÍLOHA P II: ODPOVĚDI RESPONDENTŮ

Tato příloha se týká podkapitoly 8.1.9, kde jsou uvedeny některé odpovědi respondentů.

- Odpovědi na otázku, proč by využili psychosociální pomoc byly následující:
 - Např.: respondent č. 10 uvedl: *„Terapeuti jsou velmi potřební, zvláště v dnešní době. Obávám se, že brzy budou stejně "nedostatkovi" jako zubní lékaři. Psychické trápení může být pro život velmi omezující.“*
 - Např.: respondent č. 12 uvedl: *„Jako psycholog mám důvěru v psychology, takže v případě nějaké náročné situace bych za nějakou krizovou intervenci od psychologa byla moc vděčná. Myslím, že je to důležitá prevence, která může zmírnit následné možné trauma.“*
 - Např.: respondent č. 13 uvedl: *„Odborníci mají odstup, dokážou se dívat na situaci celistvěji, mají kontakty na další případnou pomoc, podporu.“*
 - Např.: respondent č. 23 uvedl: *„Je těžké se sám srovnat se situací, a když ji sám nezvládám, je dobré pomoci využít.“*
 - Např.: respondent č. 26 uvedl: *„Zajímalo by mě, zda mi dokážou opravdu pomoci nebo jaká ta pomoc je, přece jen to jsou odborníci. Myslím, že jsem na tom psychicky dobře a už jsem překonala i těžkosti v životě a proto myslím, že díky těm těžkostem jsem odolnější ale pomoc od odborníků bych využila taktéž.“*
 - Např.: respondent č. 48 uvedl: *„Dokážou udělat pohled nad celkovou věcí.“*
 - Např.: respondent č. 50 uvedl: *„Hodně to pomůže nastartovat.“*
 - Např.: respondent č. 60 uvedl: *„Myslím, že využití pomoci je důležité. Sama bych se asi odvážila ji využít, kdyby to bylo opravdu potřeba, nebránila bych se. Dříve bych si myslela, že je to něco,, špatného,, něco co ukazuje na selhání člověka, ale nyní už si to nemyslím.“*
 - Např.: respondent č. 64: *„Zajímalo by mě, jak dokážou pomoci lidé, co to studovali a v té situaci bych byl rád za jakoukoliv pomoc.“*
 - Např.: respondent č. 70 uvedl: *„Psala jsem výše. Nevím, jak bych zvládla snést třeba těžké zranění kterého jsem přímo svědkem a měla bych poskytnout*

první pomoc, nebo úmrtí. Je možné že v takovém případě by to na mě hodně zapůsobilo a vyhledala bych pomoc.“

- Např.: respondent č. 77 uvedl: *„Jiný pohled na věc, podpora.“*
- Např.: respondent č. 83 uvedl: *„Člověk si nemůže nechat všechno v hlavě. Zním pár případů, kteří raději sáhli po alkoholu než po pomocné ruce, a to bych nechtěla.“*
- Odpovědi na otázku, proč by nevyužili psychosociální pomoc byly následující:
 - Např.: respondent č. 4 uvedl: *„Nevyužila bych, protože bych podle mého názoru ještě byla v rozpoložení, kdy bych neuměla přijmout a správně chápat situaci.“*
 - Např.: respondent č. 5 uvedl: *„Čas všechno zahojí.“*
 - Např.: respondent č. 36 uvedl: *„Protože bych na to neměla chuť, záleží, co by se mi událo.“*
 - Např.: respondent č. 43 uvedl: *„Mám odborné znalosti na zvládnání následků MU.“*
 - Např.: respondent č. 65 uvedl: *„Protože se umím s tím sama vyrovnat a jsem věřící, takže věřím Bohu.“*
 - Např.: respondent č. 84 uvedl: *„Myslím si, že věci dokážu využít sám.“*
 - Např.: respondent č. 101 uvedl: *„Myslím, že bych se dokázala s tím vyrovnat sama s pomocí rodiny a přátel.“*

PŘÍLOHA P III: TABULKY KORELACÍ

Tabulka 25: Rozmezí korelací (exceltown.com, ©2020)

0	žádný vztah
1	největší vztah
0,7 a výš	velmi těsný vztah
0,3 a 0,4	středně těsný vztah
výsledek s mínus	nepřímá úměra