

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU

Psychologické reakce člověka na nežádoucí události

Bakalářská práce

Vedoucí práce:

Ing. Mgr. Miloš Fiala, Ph.D.

Vypracovala:

Anna Stralczyńska

ABSTRAKT

Název práce:

Psychologické reakce na nežádoucí události

Cíle práce:

Cílem práce je popsat psychologické reakce jedince a skupiny na nežádoucí události.

Metody práce:

V práci je použita metoda sběru dat z dostupné literatury.

Výsledky práce:

Výsledkem práce je přehled psychologických reakcí jedince a skupiny na nežádoucí události.

Klíčová slova:

vnímání, motivace, emoce, strach, hromadné chování, nepříznivé události

ABSTRACT

Work name:

The psychological reactions of a man to the unfavourable events

Aim of work:

The aim of work is to describe the psychological reactions of a man and a group to the unfavourable events.

Method:

In this work a method of data collection from available literatur is used.

Results:

The result of this work is a survey of the psychological reactions of an individual and of a group to the unfavourable events.

Key words:

behavior, motivation, emotion, fear, collective behavior, unfavourable events

Poděkování:

Touto cestou bych chtěla poděkovat všem, zejména pak Ing. Mgr. Miloši Fialovi, Ph.D. za odborné vedení práce, za praktické rady a za možnost využít jeho zkušeností v této problematice. Bez jeho odborné pomoci by tato práce nevznikla.

Prohlášení:

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně pod vedením Ing. Mgr. Miloše Fialy, Ph.D. Informační zdroje, které jsem použila, jsou uvedené v seznamu.

.....
Anna Stralczyńska

Svoluji k zapůjčení své bakalářské práce ke studijním účelům.

Prosím, aby byla vedena přesná evidence vypůjčovatелů, kteří musejí pramen převzaté literatury řádně citovat.

Jméno a příjmení:	Číslo obč. průkazu:	Datum vypůjčení:	Poznámka:
-------------------	---------------------	------------------	-----------

OBSAH

1. ÚVOD.....	7
2. TEORETICKÁ VÝCHODISKA.....	9
2.1. Popis jednotlivých psychologických reakcí.....	9
2.1.1. Vysvětlení pojmů.....	9
2.1.2. Člověk a zátěž.....	12
2.1.3. Vnímání	12
2.1.4. Motivace lidského chování	13
2.1.5. Emoce.....	15
2.1.5.1.Složky emocí.....	15
2.1.5.2.Funkce emocí.....	16
2.1.5.3.Tělesná složka emocí.....	16
2.1.5.4.Dimenze emocí.....	17
2.1.5.5.Strach.....	17
2.1.6. Reakce na ohrožení - útěk versus útok.....	19
2.1.7. Sociální psychické jevy za běžných či specifických kontextů.....	21
2.1.7.1.Sociální psychické jevy za normálních okolností.....	21
2.1.7.2.Sociální psychické jevy za specifických okolností.....	22
2.1.8. Vyhrocené životní situace a jedinec.....	24
2.1.9. Hromadné působení psychické zátěže.....	25
2.1.10. Hromadné chování.....	26
2.1.11. Reakce na pohromy a katastrofy.....	27
2.1.12. Neobvyklé jevy.....	30
2.1.13. Posttraumatické stavy a následky, posttraumatická stresová porucha	31
2.1.14. Psychologická pomoc	32
2.2. Popis jednotlivých nežádoucích událostí.....	32
2.2.1. Dělení nežádoucích událost.....	32
3. ZÁVĚR	35
4. POUŽITÁ LITERATURA.....	36

1. ÚVOD

Každý člověk se více či méně často dostává do situací, které pro něj představují zátěž, nepříjemnost či nepřekonatelnou překážku. Na to, jak se v podobné situaci zachová, má vliv celá řada okolností, a to jak těch, které může nějak změnit tak těch, které jsou lidskou vůlí nebo činností neovlivnitelné.

V průběhu evoluce se vyvinula řada mechanismů chránících život jedince – pokud se ocitne v nebezpečí, jeho reakcí je útok nebo útek. To, kterou z daných variant zvolí, záleží na možnostech, které má, ale v každém případě volí tu cestu, která mu nabízí větší pravděpodobnost přežít. Kromě vrozených ochranných mechanismů existují mechanismy získané výchovou a socializací. Přesto u některých jedinců můžeme sledovat rizikové chování, při kterém je ohrožen nejen jejich vlastní život, ale i životy dalších lidí. V současné době jsou stále oblíbenějšími různé adrenalinové aktivity, které lidi často dostávají až na samou hranici přežití a mnohdy končí tragicky.

V případě nebezpečí nebo ohrožení dochází nejprve ke změnám v organismu, které slouží jako naučené reakce pro řešení situace. Jsou jimi například zrychlené dýchání, zvýšené pocení, zúžení zornic, zvýšení krevního tlaku, zrychlení srdeční frekvence apod. Tyto reakce mají organismus aktivovat a co možná nejlépe připravit na následující akci.

Pro včasné rozpoznání a reagování jsou důležité psychické procesy jako je vnímání, motivace nebo emoce. Je důležité nebezpečí včas rozeznat a pomocí selekce určit, které podněty přinášejí potenciální ohrožení a které ne – to umožňuje právě vnímání, neboť organismus je nepřetržitě zaplaven podněty, které musí organizovat a interpretovat.

Kromě toho musí být člověk nějak motivován, k čemuž slouží právě sebezáchovné motivy.

Emoce jsou v podstatě reakcí na danou situaci a je to strach, který mobilizuje síly a vede k sebezáchovnému chování. Funkcí strachu je obrana před nebezpečím, je projevem touhy po životě a po bezpečí a jeho velkou

nevýhodou je to, že je velmi nakažlivý. Jeho mírnější formou je obava a jeho silnějším projevem je pak hrůza či zděšení.

Je také rozdíl v tom, zda se člověk v ohrožení ocitá sám nebo ve skupině. V tom druhém případě totiž dochází k řadě změn v chování, které jsou připisovány jevu zvanému hromadné (dříve davové) chování. Toto chování není jen souhrnem chování jednotlivců, ale je to chování modifikované, pozměněné, ve kterém osobnost jedince ustupuje do pozadí na úkor společných prožitků a cílů. Studium hromadného chování dává možnost předvídat okolnosti vzniku paniky, hromadné agrese, rabování, a pomáhá tak mimo jiné v prevenci těchto nežádoucích jevů. Jde totiž o fenomén, se kterým se setkáváme nejen za nepříznivých událostí, ale např. i při sportovních utkáních. Proto je prevence v této oblasti opravdu nutná, neboť umožní udělat opatření, která mohou zabránit zbytečným projevům násilí.

Cílem práce je zaměřit se nejprve na reakce organismu a člověka při ohrožení a odlišnost jeho reakcí v návaznosti na to, zda je v ohrožení sám, nebo nachází-li se ve společenství s jinými lidmi. Dále pak práce podává přehled těchto nežádoucích událostí.

V první části práce popisuje jednotlivé fyziologické a psychologické reakce organismu na nežádoucí události. Následně se více zaměřuje na jedince a skupinu a změny v chování jedince pod vlivem hromadného chování.

Úkolem práce je podat souborný a ucelený přehled reakcí člověka, který se dostal do nežádoucí události. Za tímto účelem je potřeba zaměřit se nejen na oblast psychologie, ale i na oblast ochrany obyvatelstva.

V psychologii je nezbytné zaměření nejen na obecné poznatky, ale např. i na oblast zabývající se hromadnými psychickými jevy, psychologií zdraví atd.

2. TEORETICKÁ VÝCHODISKA

2.1 Popis jednotlivých psychologických reakcí

2.1.1 Vysvětlení pojmů

Afekt

- relativně krátké, avšak velmi intenzivní emoční prožitky a jejich vnější vyjádření
- psychické podráždění (psychické vzrušení) vnějšími podněty; projevuje se prudkými pohyby (GEIST, 2000)

Agrese

- pojem zahrnující mnoho aktivit, které vyjadřují tendenci útočit, napadat, resp. i poškodit, ničit
- dělí se na agresi zlostnou, doprovázenou pocitem vzteku, nenávisti a postoji nepřátelství (hostility), a na agresi instrumentální, vystupující jako naučená sociální technika (NAKONEČNÝ, 1995)

Autonomní nervový systém

- oddíl periferního nervového systému řídící činnost hladkého svalstva (svaly orgánů a žlázy)
- dělí se na parasympatický a sympatický oddíl (ATKINSON, 2003)

Deprivace

- následek stavů, u nichž člověk nemohl po delší dobu v dostačující míře uspokojit své fyzické nebo psychické míře uspokojit své psychické nebo fyzické potřeby, smyslové podněty, sociální kontakty, emoční vazby apod. (GEIST, 2000)

Integrace

- semknutí, sjednocení spojení, vytváření celistvosti
- jednotné, neoddělené spolupůsobení (součinnost) různých psychologických procesů (GEIST, 2000)

Kognice

- souborný pojem označující psychické procesy, které souvisejí s poznáváním, jako je vnímání, myšlení, osvojování, paměť, představy, pozornost atp. (GEIST, 2000)

Panika

- neúměrná, primitivní, chaotická, bezhlavá, obvykle úteková reakce na strach a úlek (GEIST, 2000)

Parasympatikus

- oddíl autonomního nervového systému aktivní při uvolněném a klidném stavu organismu, do určité míry působí jako antagonist a sympatiku (ATKINSON, 2003)

Sociální skupina

- skupiny vytvářejí významný zprostředkující článek mezi člověkem jako izolovaným individuem a společností jako globálním sociálním útvarem
- pro sociální povahu člověka má zásadní význam to, v jakých skupinách žije
- pro podobu společnosti má zásadní význam to, z jakých skupin se skládá
- skupiny lze dělit na malé a velké, primární a sekundární, formální a neformální, členské a referenční atp. (KELLER, 2004)

Stresor

- jednotlivé nepříznivé vlivy (tlaky), které mohou vést k tíživé osobní situaci člověka (KŘIVOHLAVÝ, 2001)

Sugestibilita

- ovlivnitelnost, citlivost vůči sugesci
- souvisí s určitými vlastnostmi osobnosti (nižší sebevědomí, nižší inteligence) a je větší u dětí než u dospělých
- zvyšuje se při psychickém a fyzickém podlomení, příp. vyčerpání (GEIST, 2000)

Sympatikus

- oddíl autonomního nervového systému aktivní při emočním vzrušení a do určité míry fungující jako antagonist parasympatického oddílu
- (GEIST, 2000)

Trauma

- zranění, úraz, a to jak ve smyslu fyziologickém, tak i psychologickém
- v psychologii se tímto výrazem označují poruchy psychické rovnováhy (vyrovnanosti) s psychickými nebo neurotickými onemocněními jako následek náhlého otřesného zážitku, příp. somatického úrazu, který má psychické důsledky (GEIST, 2000)

2.1.2 Člověk a zátěž

Člověk je závislý na prostředí. Na této závislosti je založeno pojetí potřeb. Neuspokojení potřeby je zátěží v prvotním smyslu (HOŠEK, 1999).

Z fyzikálního a chemického hlediska je člověk relativně přesně „nastaven“ (tj. fylogeneticky i ontogeneticky adaptován), a tudíž může prosperovat jen v úzkém rozmezí atmosférických, gravitačních a tepelných vlivů. Odchylují-li se podmínky existence od optima, nastupuje zátěžová odezva a je nárokována odolnost člověka ve smyslu fyziologickém i psychologickém. U některých vlivů (např. radioaktivní, či smogové nebezpečí) má psychická odezva dokonce dominující charakter (HOŠEK, 1999).

HOŠEK (1999) pojednává o jednotlivých typech náročných životních situací, prožívaných jako zátěž, kam patří nepřiměřené úkoly, problémové situace, konflikty, frustrace a deprivace.

2.1.3 Vnímání

Aby člověk mohl včas a vhodným způsobem reagovat na ohrožení, musí si být v první řadě tohoto ohrožení vědom. Je nezbytné, aby jej včas a správným způsobem analyzoval a tím na něj mohl adekvátně reagovat. V první chvíli hraje tedy nejdůležitější roli vnímání.

Vnímání neboli percepce lze definovat jako organizaci a interpretaci senzorických informací.

Je to proces, jehož výsledkem jsou vjemy, které se mnohdy značně liší od neúplných údajů zaznamenaných našimi smysly. Tok informací putuje do mozku, který je dále třídí a zpracovává. Jejich konečná interpretace a pochopení významu probíhá v lidském vědomí. Podstatou percepce je odhalování smysluplných celků v chaotických senzorických informacích, které probíhají v lidské mysli (PLHÁKOVÁ, 2003).

Pro problematiku této práce jsou významnými prvky vnímání:

- organizace percepčního pole
- rozpoznávání

- prostorové vidění
- vnímání pohybu
- vnímání zdánlivého pohybu
- konstantnost vnímání
- percepční iluze
- individuální rozdíly ve vnímání

2.1.4 Motivace lidského chování

Lidské chování vždy sleduje nějaký cíl. Je to právě motivace, která člověka neustále žene kupředu.

Dle PLHÁKOVÉ (2003) je motivace definována jako souhrn všech intrapsychických dynamických sil neboli motivů, které zpravidla aktivizují a organizují chování i prožívání s cílem změnit existující neuspokojivou situaci nebo dosáhnout něčeho pozitivního. Projevují se tedy tím, že buď chceme něco získat, nebo se pokoušíme něčemu vyhnout.

Jinými slovy - motivační stavy řídí a aktivizují chování. Vyplývají ze dvou zdrojů: z vnitřních pudových faktorů a vnějších pobídkových faktorů (ATKINSON, 2003).

Lidské motivy dělí PLHÁKOVÁ (2003) do čtyř velkých okruhů:

- sebezáchovné motivy (ty mají jasný biologický základ)
- stimulační motivy (k nim patří potřeba optimální úrovně adaptace variabilních vnějších podnětů)
- sociální motivy (regulují a ovlivňují lidské vztahy)
- individuální psychické motivy (např. hledání životního smyslu, potřeba svobodně jednat apod.)

V případě hrozících nebo možných ohrožení a nebezpečí jsou to právě sebezáchovné motivy, které ovlivňují chování člověka. Tyto primární či biologické pohnutky jsou ve službách přežití jednotlivce nebo celého živočišného druhu (PLHÁKOVÁ, 2003).

Ohrožení smyslu a podstaty vlastní existence prožívá člověk jako nejvýraznější situační zátěž, deprivaci, frustraci či stres (MIKŠÍK, 2005). Průvodním jevem v prožitcích a projevech u jednotlivců je úzkost, obavy, strach, vztek či nenávisť. Pokud jde o skupinu jedinců, v jejich chování se objevuje panika či výbuch nenávisti jako aktualizace únikové či obranné aktivity hromadné povahy.

Pokud je ohrožen život jednotlivce, uvádí MIKŠÍK (2005), dochází k aktualizaci potřeby sebezáchovy. V takovém případě se jedinec zaměřuje na ochranu a obranu (aktivní či pasivní) se zřetelem na vnímaný zdroj nebezpečí. Pokud jde o situace, se kterými má nějakou předchozí zkušenost, je jeho jednání touto zkušeností významně determinováno. V případě, že jde o situaci novou, nečekanou nebo neznámou, dochází nejprve k úleku, a následují další fáze, které závisí na řadě faktorů, z nichž hlavním je postoj jedince.

Postoj jedince dle MIKŠÍKA (2005) závisí na tom:

- je-li nebezpečí takového rázu, že jedinec vyvodí reálný předpoklad se s ním vypořádat, přemění se počáteční emocionální nabuzení a vzrýv v agresivní zachování se – jedinec se brání tím, že na původce ohrožení (zdroj ohrožení) zaútočí
- je-li nebezpečí buď nepochybné, nebo neznámé (nepřiřaditelné k předchozí zkušenosti), dá se jedinec na útěk (usiluje odpoutat se od zdroje ohrožení)
- jestliže ve výše uvedené situaci nemůže utéci (je „zatlačen do úzkých“), zaútočí, zachová se agresivně; strach se převrátí ve „strachovou agresivitu“, ve vztek
- jestliže prožitek strachu nabude mohutnosti „hrůzy“, je jím jedinec natolik ovládnut, že není schopen jakékoliv aktivity (říkáme, že strnul, ztuhnul, ochrnul hrůzou), znehybní nadlimitním útlumem

2.1.5 Emoce

Emoce je komplexní stav vznikající v reakci na určité afektivně zbarvené zážitky (ATKINSON, 2003). Dle NAKONEČNÉHO (2000) vznikají spontánně, nelze je vyvolat uměle, lze si však představit určitou situaci nebo navodit vzpomínku, a tak si přivodit i příslušné emoce. Emoce představují cíle chování a jejich podstatným znakem je, že většinou mají reaktivní charakter. To znamená, že jsou vždy reakcí na nějaké vnější podněty či vnitřní stavy. Vznikají vždy, když je dáno něco významného, a tedy vzrušujícího. Souvisí s celkovým stavem organismu.

2.1.5.1 Složky emocí

Dle NAKONEČNÉHO (2000) jsou definovány jako fenomenálně specifické a komplexní psychické jevy hodnocení situace či stimulace; mají komponentu zážitkovou (citovou), která je klíčová, protože se konstituuje v jednotě s poznáváním významu situace, a dále komponentu behaviorální (inkluzivně výrazovou) a somatickou (zejména viscerální); jako takové jsou reakcí na životně významné situace, které vedle identifikace jejich významu zahrnují také aktivaci individua k účelné adaptaci daným situacím.

Jinak řečeno se emoce skládají ze tří vzájemně propojených složek, kterými jsou:

- subjektivní fenomenologická komponenta
- výrazové (expresivní) chování
- tělesná složka

Emoce se od ostatních mentálních stavů nejvíce liší svou pozitivně či negativně zbarvenou pocitovou složkou (PLHÁKOVÁ, 2003).

Další možný pohled na tuto problematiku podává ATKINSON (2003), kde seznam složek emocí obsahuje:

- subjektivní prožitek emoce
- vnitřní tělesné reakce, zvláště ty, na nichž se podílí autonomní nervový systém
- kognitivní hodnocení nebo přesvědčení, že se odehrává pozitivní nebo negativní událost
- výraz obličeje
- reakce na emoci
- tendence jednání

2.1.5.2 Funkce emocí

Klíčová funkce emocí je v regulaci činnosti individua, v níž se uplatňují následující dílčí funkce emocí: hodnocení, integrace a motivace (NAKONEČNÝ, 2000).

Na emočním prožitku se také může podílet naše hodnocení situace (ATKINSON, 2003).

2.1.5.3 Tělesná složka emocí

Většina fyziologických změn, k nimž dochází během emoční aktivity, je způsobena aktivací sympatického oddílu autonomního nervového systému, který připravuje tělo na boj nebo útěk. Sympatický systém vyvolává následující změny (všechny se nemusí vyskytnout najednou):

- zvýšení krevního tlaku a zrychlení srdeční frekvence
- zrychlení dýchání
- zúžení zornic
- zvýšení pocení a snížení vylučování slin a hlenu
- snížení hladiny glukózy v krvi, aby bylo zajištěno více energie
- zvýšení srážlivosti krve pro případ poranění
- odvádění krve od žaludku a střev k mozku a kosterním svalům
- vztyčení chlupů na kůži, což vyvolává husí kůži

Sympatický systém připravuje organismus na výdej energie. Jak emoce opadnou, řízení přebírá parasympatický systém – systém uchovávající energii, který vrací organismus do normálního stavu (ATKINSON, 2003).

2.1.5.4 Dimenze emocí

Emoce mají dvě základní dimenze - míru vzrušení a určitou míru libosti či nelibosti (NAKONEČNÝ, 2000).

Míra vzrušení (excitace) je důležitá právě při ohrožení a hrozícím nebezpečí, protože vyjadřuje určitou úroveň funkční pohotovosti organismu, resp. individua. Významově ekvivalentní je pojem aktivace, vyjadřující připravenost k činnosti, připravenost, která je odstupňována. Úroveň aktivace se projevuje různými symptomy tělesnými (svalové napětí), nervovými (excitabilita neuronů) a psychickými (stav vědomí, psychická reaktivita, resp. behaviorální znaky) (NAKONEČNÝ, 2000).

2.1.5.5 Strach

Spolu s hněvem, radostí, smutkem, odporem a překvapením je strach jedním ze základních lidských citů (PLHÁKOVÁ, 2003). Jedná se o reakci na stávající nebo hrozící nebezpečí; primárně, tj. vrozeně, je strach reakcí na hrozbu bolesti a ztráty života. Na vrozenost této emoce poukazuje její spojení s výraznou mobilizací energie (strachu zvyšuje svalovou sílu subjektu) a s útekovým chováním. Strach je současně nesložitější emocí: intenzivní strach může i zabít a v některých případech je spojen nikoliv s pokusem o únik z nebezpečné situace, ale s útlumem chování, se strnutím. Kromě toho je strach velmi nakažlivý, rychle se šíří na základě alarmujících zpráv a na při pozorování útěku druhých lidí se lidé k útěku přidávají. Také subjektu může strach sloužit jako varovný signál, a tak usměrňovat jeho myšlení a jednání k novým způsobům hledání záchrany. Kromě toho může lidi vést k tomu, aby se sjednotili v obraně proti hrozícímu nebezpečí.

Z výše uvedeného je jasná funkce strachu, jíž je, ve spojení s únikovou reakcí, obrana před nebezpečím; současně strach signalizuje volání o pomoc a podněcuje tendenci k obrannému sdružování a vyhledávání bezpečí. Jako takový je projevem touhy po uchování života a po bezpečí. Mírnější formou strachu je obava, naopak silnějším projevem je afekt označovaný jako hrůza

nebo zděšení, které může být ochromující. Strach může vyvolat nejen přítomnost hrozby, ale i nepřítomnost jistoty a strach, který nemá zřejmý předmět, je označován jako úzkost.

MIKŠÍK (2005) hovoří v této souvislosti o „kvalitách strachu“, které dělí na:

- úlek
- osvojený strach
- úzkost jako neurčitý, anticipační strach
- obava o někoho či o něco

Úlek je vyvolán náhlým porušením normality vztahu mezi člověkem a jeho prostředím. Je stimulován podněty, které se velmi rychle vynořují a vyžadují okamžitou reakci, bez možnosti uplatnit (či zcela dokončit) orientačně pátrací chování. Strachová aktivace sil a globální reakce je tu v podstatě vrozená a probíhá velmi rychle. Úlek je také spjat s nenadálou fyzickou bolestí, ztrátou rovnováhy, či náhlým zvukem neobvyklé povahy a intenzity. Za běžných okolností jde o prospěšnou či neškodnou reakci, přesto může mít i nežádoucí účinky.

Osvojený strach je strach vypěstovaný, který je aktualizován přítomností podnětů, které na základě vlastních či sdělených zkušeností signalizují ohrožení, nebezpečí. Konkrétní předměty a jevy jsou vnímány jako zdroje ohrožení, což je v mnoha případech prospěšné, ale někdy se takto osvojí strach neodůvodnitelný. U člověka může být vyvolán silný pocit strachu jen na základě asociačním, vyvoláním představy o možné přítomnosti zdroje ohrožení či možných situačních zvratech a důsledcích (MIKŠÍK, 2005).

Úzkost se projevuje jako neurčitý, anticipační strach z mnohdy blíže nedefinovatelných, neurčitých, možných či očekávaných hrozeb, a to i za okolností, kdy bezprostřední signalizace objektivního ohrožení chybí (MIKŠÍK, 2005).

Není vázána na konkrétní signál nebezpečí a proto může mít podobu jak akutního, tak chronického stavu a může v sobě zahrnovat i zlost, vztek, krajní podráždění, nepokoj, sklíčenost apod. Je vyvolána obrazotvorností a konkrétním myšlením, a to hlavně neznámostí budoucího stavu (stavy očekávání). Přitom poznání reálného nebezpečí a jeho zdroje může uklidňovat, a to tím, že skýtá objekt k uvolnění tenzí, úzkostného napětí (MIKŠÍK, 2005).

Obavu o někoho či něco definuje MIKŠÍK (2005) jako strach výrazně spojený s uspokojováním společenských potřeb člověka (i když má své hlubší biologické kořeny). Nezakládá se na strachu z ohrožení sebe sama, ale na obavě z možné ztráty něčeho, k čemu má hluboký vztah a co buď nechce, nebo se bojí ztratit. Může v tom však být i transformovaný strach o sebe – neuvědomovaný strach z důsledků, jež by pro něho ztráta mohla znamenat. Bývá provázen citem lásky, vztahem k blízkým osobám apod. V takovém případě není dominujícím přístupem k situaci sebezáchova, ale (v jistém smyslu i) sebeobětování pro zachování a záchranu něčeho životně významného.

Motoricky je se strachem sružen útěk, jehož biologický smysl je zřejmý - uniknout hrozícímu nebezpečí. Útěk je vzorec koordinovaných pohybů, který je u různých živočišných druhů různý. Naproti tomu únik může mít řadu forem zajišťování se proti nebezpečí různými účelovými akcemi (určitý druh strachu může subjekt redukovat např. tím, že si opatří zbraň). Strach v situaci, z níž nelze uniknout, vyvolává obranu bojem. Vrozený původ má také úleková reakce na náhlé, neočekávané a silné podněty, která má charakteristický pohybový vzorec (pokrčení těla v kolenou a v ramenou se současným skrčením hlavy) (NAKONEČNÝ, 2000).

2.1.6 Reakce na ohrožení - útěk versus útok

Dle HOŠKA (1999) jsou útěk a útok prastaré reakce na zátěž.

Útěk a útok jako instinkty ovládají adaptaci obratlovců v zátěžových situacích. Také u člověka můžeme emoční základ těchto instinktů vystopovat v základu

vší odezvy na náročné životní situace. Jde o strach a vztek, které jsou ovšem u člověka vývojem transformovány do poměrně pestré palety prožitků a ještě bohatší je škála možné odezvy následným chováním v zátěžové situaci. Odolnost člověka je často odolností vůči afektům strachu a vzteku. Stupňování odolnosti znamená vyrovnání se s těmito emocemi. Na biologické úrovni bylo zjištěno, že emoční důsledek zátěže závisí na produkci hormonů. Produkce adrenalinu předznamenává spíše strachovou odezvu a produkce noradrenalinu znamená spíše zlostnou, vztekavou reakci (HOŠEK, 1999).

V průběhu evoluce se tedy vyvinuly mechanismy střežící život individua tím, že umožňují rychlé zhodnocení jeho životní situace – těmito mechanismy jsou emoce. To se projevovalo především ve dvou směrech: jako identifikace nebezpečí (strach a mobilizace organismu k útěku nebo k boji o život) a jako identifikace kořisti (hlad a mobilizace organismu k lovecké aktivitě) (NAKONEČNÝ, 2000).

V situaci ohrožení života se dle MIKŠÍKA (2005) setkáváme se dvěma způsoby řešení této situace. Buď dochází k aktivně obranné (agresivní) aktivitě, jakými je útok na zdroj ohrožení, strachová agresivita a přenesená agrese, nebo dochází k pasivně obranné (únikové) aktivitě, kam patří útek z prostoru ohrožení, ztrnutí, ochrnutí hrůzou a hysterická reakce.

Dnes se s výraznými prožitky ohrožení setkáváme především při vyhraněných společenských, přírodních, technických a jiných pohromách a katastrofách nebo u některých profesí jako jsou hasiči apod.

Ohrožení v tomto případě chápeme jako subjektivní přístup člověka k aktuálnímu či potencionálnímu komplexu situačně proměnných, ve kterém dominuje ponětí reálné či možné hrozby narušení, poškození, ztráty či zničení něčeho, co považujeme pro svůj život za důležité, nezbytné a nebo s čím člověk spojuje smysl své existence, či tuto existenci samotnou (MIKŠÍK, 2005).

2.1.7 Sociální psychické jevy za běžných či specifických kontextů

Sociální interakce lze dělit podle toho, za jakých podmínek probíhají - zda k nim dochází za běžných či specifických životních kontextů.

2.1.7.1 Sociální psychické jevy za normálních okolností

Za běžných okolností je dělení vzájemného působení jedinců následující:

- kulturně, společenskou konvencí determinované chování, což znamená sociální postoje, prožitky a projevy ve vzájemném působení, vztazích a interakcích vyjadřujících pro dané společensko-historické podmínky a interakce běžnou, co do obsahu a struktury obvyklou (byť i vnitřně bohatě individuálně diferencovanou), koexistenci lidí. Rozhodujícím činitelem vzájemného působení a sociálních projevů je konvence, tradice a zvyk (MIKŠÍK, 2005)
- skupinové chování, které je charakterizováno tím, že se člověk v procesu svého života, od samého narození, stává členem řady různorodých, primárních či sekundárních sociálních skupin. Vřazováním jedince do určité společenské skupiny se u něho rozvíjí specifické sociální chování, chování skupinové, jehož kvalita a realizace je podmíněna naplněním nejzákladnějších psychologických podmínek toho, aby svazku dvou či více osob byl přiznán status skupiny (MIKŠÍK, 2005).
- hromadné chování

Sociální projevy a aktivity osobnosti jsou při běžné sociální interakci determinovány čtyřmi typy podmínek vzájemného působení, které lze co do jejich povahy označit jako:

- tradiční (zvykové): obsah a způsob vzájemného ovlivňování, způsob jednání a chování určují tradice, konvence, zvyk

- emocionální (vztahové): rozvoj vzájemného ovlivňování, působení na obsah, směr a formu jednání a chování se zakládá na vztazích sympatie a antipatie, lásky a nenávisti, studu, sebecitu...
- postojové (racionální, hodnotové): kontakty, vztahy a vzájemné působení se zakládá na uspokojování shodných postojů, potřeb a zájmů, hodnotových orientací
- účelové: vzájemné působení a vztahy směřují k dosahování určitých cílů; podněcují ke kooperaci či kompetici podle toho, kdo jejich dosažení přispívá a kdo mu překáží. (MIKŠÍK, 2005)

2.1.7.2 Sociální psychické jevy za specifických okolností

Sociální chování za specifických okolností rozlišuje MIKŠÍK (2005) na:

- emocionálně exponovanou situaci hromadné povahy
- vyhrocenou situaci hromadné povahy
- hromadné chování
- skupinové chování

Sociální kontexty determinují povahu a intenzitu psychické interakční odezvy každého z účastníků hromadné psychické zátěže od samého počátku. Při individuální aktualizaci vyhrocených kontextů vystupuje (v závislosti na postojích, psychické potenci a zkušenostech daného jedince) v celkové psychické a interakční zaměřenosti vztah „já a situace“. Avšak v podmínkách psychické zátěže hromadné povahy je míra a obsahová kvalita psychické a interakční odezvy od samého počátku modifikována sociálním okolím a ovzduším. Determinuje hlavně povahu a směr situačně vyvolané „obecné zaměřenosti“. Ve vztahu „já a sociálně exponovaná situace“ může být za těch kterých kontextů aktualizována zaměřenost buď individuálně prožitková (tzn. co daná situace znamená pro mne samotného), situačně řešitelská nebo sociální.

Individuální odezva na vznik zátěžové situace hromadné povahy je natolik sociálně determinována, že je nezbytné odpovídajícím způsobem přistupovat

ke vztahu mezi nespecifickou a specifickou a dále pak i interakční odezvou na aktualizaci psychické zátěže hromadné povahy (MIKŠÍK, 2005).

Dále MIKŠÍK (2005) uvádí, že k situační homogenizaci jedinců k hromadnému chování dochází jedině za předpokladu, že:

- koexistující lidé věnují výraznou pozornost jednomu jedinému předmětu či jevu vyvolávajícímu hlubokou psychickou zaměřenost a každého z nich ovládá emocionální prožitek
- v důsledku aktuálního psychického stavu dochází ke vzryvu psychické tenze, kognice je ovládána senzoryckými dojmy a s nimi spjatou obrazotvorností
- lidé jsou puzeni ke spontánní, impulsivní aktivitě, k odreagování emocionálního napětí či psychické tenze, a intenzitou svých verbálních i nonverbálních projevů zvyšují emociogenní situační účinky u ostatních účastníků.

Emoce a city se stávají rozhodující motivační silou zaměřující společné postoje a „poznávání“ a jsou (bez ohledu na rozdílnost ve vzdělání a povolání, běžných postojů a zájmové orientace) na principech zpětné vazby společně sdílenými pocity a stavy zesilovány a prohlubovány. Stávají se živnou půdou pro bezprostřední, živelnou situační odezvu, která je s to uvolnit nahromaděnou a kumulovanou tenzi.

Toto vzájemné působení afektivní povahy může vystupovat v dimenzích úzkostí či strachu, hněvu, vzteku či nenávisti, radosti či nadšení, sklíčenosti, lítostivosti či žalu – a vyústit tak do rozdílných emotivně afektivních interakčních aktivit. Nejzávažnější důsledky mívá hromadné prožívání strachu, vzteku či nejistoty, poněvadž ve své afektivně impulsivní, reaktivní podobě obvykle vyúští do masových projevů paniky, agresivity či hysterie. To proto, že při hromadném vzplanutí panických, agresivních či hysterických reakcích jsou účastníci „bezejmennými členy“ takto se chovající masy, navzájem se k takovým projevům podněcující a nejsou ve svých projevech brzděni morálními zábrany či racionálním zvažováním možných důsledků a dopadů (MIKŠÍK, 2005).

2.1.8 Vyhrocené životní situace a jedinec

Osobnost jedince se tvoří a vyvíjí pod vlivem konkrétních podmínek a okolností, které na něj vytváří neustálé nároky. V tomto kontextu se objevuje termín psychická zátěž, který je definován tak, že je někdo, ať už subjekt jako celek nebo jen některé jeho systémy, něčím zatížen. Dochází zde k interakci vnějšího a vnitřního světa. Hladina subjektivně prožívané psychické zátěže je rozdělena do kategorií běžné, optimální, hraniční a extrémní.

Člověk je konfrontován se zátěžemi od svého narození a jeho osobnost se za přispění zátěží vlastně v ontogenezi utváří. Náročné životní situace jsou spouštěčem a stimulátorem adaptačních dějů, které jsou neodmyslitelným činitelem vývoje člověka. To je objektivní stránka věci. Na výchovu a vzdělání se také můžeme dívat jako na systematické zatěžování člověka s adaptačním cílem. Druhou, subjektivní stránkou zátěží určité intenzity a určité kvality je jejich nelibé prožívání. Aktuálně prožívaná zátěž vyvolává nepokoj, zvýšené napětí, disharmonii, úzkost. Zpravidla je vnímána jako svízeľ, obtíž, překážka, nepříjemnost a všestranně namáhá člověka, často až do krajnosti (HOŠEK, 1999).

Situace a kontexty v nichž se člověk nachází dělí MIKŠÍK (2005) následovně:

- nároky na činnost a výkonnost
- problémové situace
- překážky (bariéry) k dosažení cíle
- konfliktogenní situace
- stresogenní situace

Situační kontexty a nároky extrémní povahy vedou k desintegraci osobnosti a pokud ohrožují samu existenci, hovoří se o kumulované existenční zátěži.

Z hlediska specifických nároků na integrační aktivity člověka a jeho psychickou odolnost vůči desintegrujícím situačním účinkům v reálných životních kontextech lze vymezit tzv. „exponované profese“ (druhy činností či povolání kladoucí specifické nároky aktivně se vyrovnávat se zátěžemi

implicitně či explicitně v jejich realizaci existujícími), „problémové osoby“ (které jsou svými psychickými vlastnostmi predisponovány k selhávání tam, kde jiní jsou s to rozvíjet adaptivní struktury prožitků a interakcí) a „vyhrocené životní situace“ (osudové události individuální či hromadné povahy). Ty kladou mimořádné nároky na motivační síly, adaptační předpoklady a schopnost sebeovládání, a integrované zachování se jedinců či celých sociálních souborů.

Interakce subjektu s vyhrocenými životními kontexty je aktivním procesem obnovování vnitřní integrity a rovnováhy s životním prostředím různé povahy, kvality a časového trvání. Končí obnovením rovnováhy či psychickým selháním s různorodými důsledky v psychice individua. V tomto procesu lze odlišit určité typické fáze s příznačnými nesespecifickými a specifickými změnami psychice subjektu:

- fázi mobilizace psychických sil jedince
- fázi řešení nově vzniklých okolností (změnou aktivit či naopak resistencí)
- fázi vyrovnání se s psychickou zátěží či naopak podlehnutí jejímu tlaku (MIKŠÍK, 2005).

2.1.9 Hromadné působení psychické zátěže

Ve vyhrocených životních kontextech se člověk často neocitá sám, ale ve společenství s druhými lidmi. Pro ostatní může mít situace obdobné psychické účinky a jedná se tedy o psychickou zátěž hromadné povahy.

Vznikem psychické zátěže hromadné povahy se promítá do interakce daných subjektů s prostředím působnost specifických, sociálně psychologických zákonitostí.

Jejich chování nelze vyvodit z prostého souhrnu individuálních psychických vlastností, stavů, schopností a vztahů. Vytváří se specifické sociální ovzduší společenských postojů a prožitků na základě aktualizace, působení mechanismů sugesce, emocionální nákazy a následovnictví.

V podmínkách kumulované existenční zátěže hraniční povahy je každý jedinec k působení uvedených mechanismů obzvláště citlivý. Proto všichni ti,

kteří jsou dané zátěžové situaci hromadně vystaveni, jsou ve svých prožitcích a projevech také homogenizováni (MIKŠÍK, 2005).

K homogenizaci jedinců do sociálního souboru dochází na základě živelně emocionálních aspektů, situačních tlaků (např. dav) nebo na základě stmelení se k nějaké účinné a účelné aktivitě. V takových situacích jedinci směřují buď k sobě, od sebe nebo proti sobě.

2.1.10 Hromadné chování

Hromadné chování definuje MIKŠÍK (2005) jako obsahovou a interakční kvalitu sociálního chování. Vyznačuje se situačně determinovanými a homogenizovanými prožitky a z nich vyplývajícími projevy spontánní, nedostatečně vnitřně integrované odezvy na aktualizované situační kontexty na principech sugestibility, emocionální nákazy a následovnictví ve směrech, vedoucích k bezprostřednímu uvolnění nahromaděných psychických tenzí. Jinak řečeno jde o nahodilé, situačně determinované zachování se souboru osob, které se ocitly v emocionálně exponované situaci hromadné povahy, a v důsledku vzniklé a rozvíjející se hromadné psychické nákazy u nich výrazně převyšuje síla sdíleného emocionálního prožitku nad samostatným, racionálním uvažováním. Jedinec sdílí, resp. v přístupech ke vzniklé situaci podléhá, vzniklému masovému emocionálnímu vyladění – a sám se svou odezvou na jejím šíření a vyústování do emotivně až afektivně impulzivní, nestabilní a nahodilé interakční odezvy na aktualizované kontexty podílí.

Vznik a rozvoj hromadného chování je podmíněn řadou proměnných - situačních, osobnostních a sociálních. Klíčovým kritériem pro posuzování a hodnocení, zda dochází ke vzniku a rozvoji hromadného či jiného typu chování, je struktura a kvalita sociálních interakcí a výsledný efekt vykazovaných aktivit (adekvátnost, přiměřenost a jejich faktické důsledky ve vztahu k aktualizovaným podmínkám a sledovaným cílům) (MIKŠÍK, 2005).

Hromadné chování, jako specifický typ chování, má fázi přípravnou, v níž dochází k anticipaci a aktualizaci, dále pak fázi akční.

Vzniká spontánně, mívá krátké trvání i nečekané důsledky a jeho 3 základní skupiny podle MIKŠÍKA (2005) jsou:

- involuce (umocňování) spontánně rozvíjené hromadné psychické nákazy, shodného psychického vyladění (šíření „psychické nákazy, epidemie“), ústící do disinhibovaného (vnitřních a vnějších zábran zbaveného), shodného, situačně vyvolaného a řízeného reagování, příznačného posunem k primitivnějším schématům interakčních aktivit
- impulsivně–afektivní erupce hromadného zachování se jako důsledek mocného, jednorázového otřesu, který svou povahou a intenzitou plně ovládl psychiku všech jedinců v dané časoprostorové koexistenci působení a který je násoben a sugestivně usměřován co do mohutnosti, směru a schémat prožitků a projevů právě faktem hromadného psychického nárazu dané „otřesné“ skutečnosti
- spojení obou výše uvedených jevů jako po sobě následujících fází jediného procesu rozvoje hromadného chování, kdy involuce je primárním projevem narůstání psychické tenze z očekávání budoucího vývoje, a erupce je sekundárním jevem vzniku „spouštěcího mechanismu“ uvolňování nahromaděné tenze

2.1.11 Reakce na pohromy a katastrofy

Živelní a jiné pohromy a katastrofy jsou buď neočekávané, nebo očekávané.

Ty neočekávané představují náhlé a hromadné ohrožení zdraví, života a majetku lidí.

Neočekávaná pohroma či katastrofa, demonstrována ničením a bezprostředním ohrožením ztráty života, vyvolává všeobecnou prvotní úlekovou odezvu, reagenci:

- mimořádný úlek jako primární odezva na hrůzně působící zdroj ohrožení je sugestivně znásobován, umocňován a sekundárně posilován reaktivitou

ostatních účastníků dané události; dochází často k hromadnému šoku, hysterii, která spouští řetězovou odezvu ve směru sugestivně posilované tendence impulsivní, spontánní, sebezáchovné únikové reakce

- takové katastrofy mívají nejotřesnější sekundární účinky, vedou k nejvýraznější destrukci prosociálního jednání a zachování se; z těchto důvodů bylo chování lidí za daných okolností rozsáhle studováno, ale většinou jen popisně analyzováno
- hlavní potíží spočívá v možnostech objektivního zjišťování a analýzy dat od samého počátku vzniku a rozvoje chování v kontextu podmínek a okolností (MIKŠÍK, 2005)

Očekávané pohromy a katastrofy jsou dle MIKŠÍKA (2005) spjaty se specifickým psychickým napětím hromadné povahy na základě předvídání (reálného či pomyslného) toho, co může v nejbližší budoucnosti přijít, na co je nezbytné se připravit a orientovat, ale přitom:

- nelze přesně říci, kdy pohroma či katastrofa nastane (či zda k ní vůbec dojde), s jakými konkrétními účinky bude její aktualizace spojena a nakolik bude jednak včas, jednak objektivně daný soubor o aktualizaci doby, místa, resp. směru vzniku ohrožení a vhodných východiscích informován
- nelze jejímu vzniku zabránit a včas mu čelit a musí se tudíž hledat, jakým způsobem by bylo vhodné a adekvátní aktualizovanému vzniku ohrožení či jeho možnému zdroji čelit
- v případě, že lze čelit jedině včasnou evakuací ohroženého souboru z ohroženého prostoru, vystupuje do popředí řešení ambivalentního vztahu mezi ochotou k evakuaci (v adekvátních časoprostorových souvislostech) a mezi uvědoměním si, kdy a jak tuto evakuaci realizovat (chránit v postatě jen životy a nejnütnější prostředky k životu)
- pro případ nezbytného dlouhodobého pobytu v podmínkách ohrožení zabezpečit hromadné ukrytí

Z hlediska dynamiky vzniku a rozvoje hromadného chování považuje MIKŠÍK (2005) za klíčové rozdělení těchto situací do dvou základních skupin:

1) očekávané ohrožení, které má reálné opodstatnění:

- které je reálně institucionalizovanými řídicími složkami státní a veřejné správy
i sociálními soubory v dané geografické oblasti předpokládáno
- pro něž je vypracován systém detekce změny potenciaální možnosti v reálnou, aktuální předzvěst vzniku ohrožení
- pro něž je vypracován systém varování a propracovány postupy řešení situace ve všech případně možných variantách
- patří sem např.: povodně, tajfuny, rozsáhlé lesní požáry...

2) pomyslně možné ohrožení existující jen v podobě neurčitých obav, úzkostných očekávání a tenzích sociálních souborů za určitých kontextů anticipovaného zvratu situace, spojené s pocity a projevy obecné nejistoty z budoucnosti a osobních perspektiv. V důsledku obav z něčeho, co by „mohlo přijít“, se hromadné účinky a důsledky možného ohrožení „předsunují“ do sdílené nejistoty.

Dle MIKŠÍKA (2005) je zdrojem:

- šíření různých zpráv a zvěstí, které se tím, že dávají obecným tenzím obsahový směr, lavinovitě šíří
- panikaření ve smyslu přijímání různých „preventivních opatření“, přístupů a postupů, jež mají zmírňovat případné následky možného ohrožení – aniž se uvažuje, zda je dané počínání smysluplné (nákupní horečky...)
- citlivé reagování na podněty, vnímané jako symptomy aktualizace očekávaného ohrožení – mohou se stát podněty ke spuštění hromadného, impulzivního zachování se (paniky, agrese, hysterie)

- jejich rozvoj souvisí se stupněm důvěry v oficiální zdroje informací a řízení

Paniku definuje HOŠEK (1999) jako hromadný strachový afekt, který je zpravidla nepřiměřený podnětové situaci, v chování se ztrácí účelnost, orientace a individuální volní kontrola.

2.1.12 Neobvyklé jevy

Při řešení důsledků nehod, havárií nebo katastrof se objevuje vcelku překvapivé chování lidí - člověk, který přihlíží nehodě, zasáhne s menší pravděpodobností, když je ve skupině, než když je sám. Dva hlavní faktory, které brání zásahu, jsou vymezení situace a rozložení zodpovědnosti. Ve snaze vypadat klidně mohou přihlížející vzájemně definovat situaci jako nenaléhavou a tím vytvořit stav pluralitní ignorance. Přítomnost druhých lidí také způsobuje rozložení zodpovědnosti, takže nikdo necítí potřebu jednat. Přihlížející zasáhnou tehdy, když jsou uvedené faktory minimalizovány, a zvláště když alespoň jedna osoba začne pomáhat (ATKINSON, 2003).

V této problematice se setkáváme s prosociálním chováním zvaným altruismus. Ten je charakterizován jako chování cílené na pomoc druhým, ačkoli není spojeno s žádnou odměnou (ATKINSON, 2003). Sociální vazby mezi lidmi mají za důsledek to, že při katastrofách ze sebe lidé vydávají to nejlepší. Drží v takových chvílích spolu, vzájemně se podporují a společně překonávají důsledky neštěstí. Když lidé bojují proti společnému nepříteli nebo usilují o dosažení společného cíle, zapomínají na osobní problémy a konflikty (ATKINSON, 2003).

2.1.13 Posttraumatické stavy a následky, posttraumatická stresová porucha

V problematice ohrožení a nebezpečí hraje svou roli i stav jedince po těchto událostech. Stresující a zátěžové situace kladou na člověka velké nároky nejen ve svém průběhu, ale mohou jej ovlivňovat, i když již člověk jejich působení není vystaven.

Zvládání těchto stresových situací je podle KŘIVOHLAVÉHO (2003) ovlivněn osobnostními charakteristikami, jako jsou např. rozdíly v přístupu k těžkostem, vnímaná osobní zdatnost, optimismus apod.

U některých lidí, kteří prožili události za hranicemi normální oblasti lidského utrpení (např. přírodní katastrofu), se někdy rozvine syndrom nazvaný posttraumatická stresová porucha.

Jejími hlavními příznaky jsou dle ATKINSON (2003):

- pocity otupělosti vůči okolí, pocit odcizení se lidem a snížení zájmu o aktivity, jež jedinec předtím vykonával
- předtím vykonával
- opakované prožívání traumatu ve vzpomínkách a snech
- úzkost, která se může projevit poruchami spánku, potížemi se soustředěním a nadměrnou ostražitostí
- někteří jedinci cítí vinu za to, že přežili

Za oběti traumatu lze považovat nejen přímé oběti, tedy ty, kteří byli traumatizující události bezprostředně vystaveni, připraveni o majetek nebo zranění, a jejich rodinné příslušníky, ale také jejich širší komunitu, sociální okolí, které je neštěstím zasaženo. Přitom za obzvláště ohrožené je třeba považovat psychicky labilní a predisponované osoby, skupiny lidí s nedostatečnými sociálními vazbami, děti a staré lidi, komunitní lídry nebo pracovníky záchranných týmů a nemocnic (ČERMÁK, KOHOUTEK, 2009).

2.1.14 Psychologická pomoc

Člověk, který prožil nějakou mimořádnou událost, může následně vyhledat psychologickou pomoc. Vyrovnání se s takto náročnou situací je značně individuální, někteří jedinci se s ní vyrovnají sami, jiní k tomu potřebují odbornou pomoc. Existuje celá řada psychologických poraden, mezi nimi i psychologická služba HZS.

Psychologické služby Hasičského záchranného sboru České republiky stojí na třech pilířích.

Jsou jimi:

- poskytnutí posttraumatické péče hasičům a jejich rodinám
- zajišťování podkladů pro personální práci
- pomoc obětem mimořádných událostí (URL₁)

Dále také poskytují linku pomoci v krizi, což je anonymní telefonní linka, na kterou se lidé mohou obracet 24 hodin denně.

Dalším způsobem pomoci je přítomnost psychologa na místě události.

2.1 Popis jednotlivých nežádoucích událostí

V životě lidí se vyskytuje řada nepříjemných a nežádoucích momentů, událostí. Výše byly uvedeny reakce lidí v těchto situacích i po nich, a na tomto místě je nezbytné vymezit, co vlastně člověka ohrožuje a jakým způsobem.

2.2.1 Dělení nežádoucích událostí

Podle následků nežádoucích událostí se tyto jevy dělí na:

- mimořádné události
- nežádoucí výsledky aktivit (způsobují je lidé)

Mimořádné události se dále dělí dle příčiny jejich vzniku na:

- přírodní
- antropogenní (způsobené lidmi),
- smíšené (v současnosti tvoří většinu)

Přírodní mimořádné hrozby jsou živelní pohromy nebo hromadné nákazy. Mezi živelní pohromy patří dlouhodobá inverzní situace, povodně velkého rozsahu, sesuvy půdy, sněhové kalamity apod.

Mezi hromadné nákazy patří epidemie, epifytie (hromadné nákazy polních kultur), epizootie (hromadné nákazy zvířat).

Antropogenní mimořádné hrozby jsou provozní havárie a infrastruktura. Mezi prvně jmenované patří radiační havárie, havárie velkého rozsahu způsobená vybranými nebezpečnými chemickými látkami a chemickými přípravky, jiné technické a technologické havárie velkého rozsahu – požáry, exploze, destrukce nadzemních a podzemních částí budov, znečištění vody apod. Narušením infrastruktury se v tomto případě rozumí narušení finančního a devizového hospodářství státu velkého rozsahu, narušení dodávek ropy a ropných produktů velkého rozsahu, dodávek el. energie, plynu nebo tepelné energie velkého rozsahu, dodávek pitné vody, jídla apod.

Předpokládaná posloupnost nežádoucích jevů je následující:

- prevence
- hrozba/nebezpečí
- transfer
- riziko/ztráta

Přírodní katastrofy mohou dle KUKALA (1982) nastat:

- rychlým pohybem hmot (zemětřesení, svahové procesy)
- uvolněním hlubinné zemské energie a jejím převedením na povrch (sopečná činnost)
- zvýšením vodní hladiny řek, jezer a moří

- mimořádně silným větrem

Některé katastrofy vznikají pod zemským povrchem, jiné na něm, další v zemském vodním obalu (hydrosféře) a poslední ve vzduchovém obalu Země (atmosféře). Zemský povrch rozděluje katastrofy na tři skupiny:

- katastrofy vznikající pod zemským povrchem (zemětřesení, sopečné výbuchy)
- katastrofy vznikající na zemském povrchu (svahové pohyby, povodně)
- katastrofy vznikající nad zemským povrchem v atmosféře (tropické cyklóny, tornáda) nebo v kosmickém prostoru (dopady meteoritů)
(KUKAL, 1982)

3. ZÁVĚR

Chování jedince či skupiny se před, v průběhu a po nepříznivé události liší. Byla provedena řada experimentů a výzkumů v oblasti psychologie a jiných oborů, jejichž výsledky umožnily toto chování lépe pochopit a předvídat.

Díky poznatkům z psychologie a dalších oborů tak tedy bylo a je možné alespoň částečně připravit člověka na nepříznivé události a na jevy s nimi spojené. Jejich znalost pomáhá anticipovat chování těch, kteří se ocitli v ohrožení nebo nebezpečí, což zlepšuje např. efektivitu nebo rychlost při řešení nějaké nepříznivé události, a to jak v jejím průběhu, tak po ní. Tyto poznatky využívá nejen psycholog, který je na místě události, ale jsou využívány i v posttraumatické péči.

Nepříznivé události byly a vždy budou součástí našich životů, a proto je dobré seznámit se s jevy, které tyto události doprovází. Díky informovanosti je totiž možné lépe zvládnout situaci, a tím popřípadě pomoci nejen sobě, ale i dalším lidem, kteří se v ní ocitli.

Tato oblast nabízí ještě řadu otázek, na které je potřeba najít odpovědi, ale již dnes lze říci, že posunula poznání lidské psychiky a tedy i jednání lidí za nepříznivých událostí o kousek dál.

4. POUŽITÁ LITERATURA

- 1) ATKINSON, R. *Psychologie*. 2.vyd. Praha : Portál, 2003. ISBN 80-7178-640-3.
- 2) GEIST, B. *Psychologický slovník*. 2.vyd. Vodňák, 2000. ISBN 80-86226-07-7.
- 3) GIDDENS, A. *Sociologie*. 1.vyd. Praha : Argo, 2005. ISBN 80-7203-124-4.
- 4) HOŠEK, V. *Psychologie odolnosti*. Praha : Karolinum. 1999. ISBN 80-7184-889-1.
- 5) KOHOUTEK, T.; ČERMÁK, I. *Psychologie katastrofické události*. 1.vyd. Praha : Academia, 2009. ISBN 978 – 80 – 1816 – 8.
- 6) KUKAL, Z. *Přírodní katastrofy*. 1.vyd. Brno : Horizont 1982.
- 7) MIKŠÍK, O. *Hromadné psychické jevy (Psychologie hromadného chování)*. 1.vyd. Praha : UK Praha nakladatelství Karolinum, 2005. ISBN 80 – 246 -0930 – 4.
- 8) NAKONEČNÝ, M. *Lidské emoce*. 1.vyd. Praha : Academia, 2000. ISBN 80-200-0763-6.
- 9) NAKONEČNÝ, M. *Sociální psychologie*. 1.vyd. Praha : Academia, 1999. ISBN 80-200-0698-7.
- 10) PLHÁKOVÁ, A. *Učebnice obecné psychologie*. 1.vyd. Praha : Academia, 2003. ISBN 80-200-1086-6.

DALŠÍ ZDROJE:

URL₁ <<http://www.hzscr.cz/>> [citováno 06-04-10]