

**VYSOKÁ ŠKOLA EVROPSKÝCH A REGIONÁLNÍCH
STUDIÍ, Z. Ú., ČESKÉ BUDĚJOVICE**

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Zvládání stresu při mimořádných událostech

Autorka práce: Zlata Demčáková

Studijní obor: Bezpečnostně právní činnost ve veřejné správě

Forma studia: Kombinovaná

Vedoucí práce: Mgr. Štěpán Kavan Ph.D.

Katedra: Katedra právních oborů a bezpečnostních studií

2020

VYSOKÁ ŠKOLA EVROPSKÝCH A REGIONÁLNÍCH STUDIÍ, z. ú.
Žižkova tř. 6, 370 01 České Budějovice

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Jméno a příjmení studenta: Zlata Demčáková

Studijní program: Bezpečnostně právní činnost

Studijní obor: Bezpečnostně právní činnost ve veřejné správě

Forma studia: Prezenční / Kombinovaná

Místo studia: České Budějovice / Přihram

Název bakalářské práce: Zvládání stresu při mimořádných událostech



Název bakalářské práce v anglickém jazyce: Stress management in emergency events

Katedra: Katedra právních oborů a bezpečnostních studií

Vedoucí bakalářské práce (jméno a příjmení, titul): Mgr. Štěpán Kavan Ph.D.

Datum zadání bakalářské práce (měsíc, rok): 12/2018

Cíl bakalářské práce: Cílem bakalářské práce bude nastínit problematiku mimořádných událostí, se kterými se lidé mohou potkat. Dále se bude věnovat popsání vybraných pravdivých případů obyvatel menší obce, kteří se museli s nečekanou mimořádnou událostí potýkat, když jejich obydli v roce 2002 postihla povodeň. Metodicky bude využito dotazníku, který bude jednotlivcům zadán k vyplnění. Sledováno bude především to, zda postižení lidé využili nějakou formu krizové pomoci, zda se s mimořádnou situací vyrovnali a také, jak se dále ubíral jejich život.

Student: Zlata Demčáková	1.12.2018 datum	
Vedoucí práce: Mgr. Štěpán Kavan Ph.D.	1.12.2018 datum	

Schvaluji zadání bakalářské práce:

Vedoucí katedry: Doc. JUDr. Roman Svatoš, Ph.D.	27. 12. 2018	
Prorektorka pro studium a vnitřní záležitosti: RNDr. Růžena Ferebauerová	28. 12. 2018	
Pověřený rektor: doc. Ing. Jiří Dušek, Ph.D.	28. 12. 2018	



Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně, na základě vlastních zjištění a s použitím odborné literatury a materiálů uvedených v seznamu použitých zdrojů.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce – v elektronické podobě ve veřejně přístupné části infodisku VŠERS a v tištěné podobě knihovnou VŠERS, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky vedoucího a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce systémem na odhalování plagiátů.

.....

Děkuji vedoucímu bakalářské práce Mgr. Štěpánu Kavanovi Ph.D. za cenné rady, připomínky a metodické vedení práce.

ABSTRAKT

DEMČÁKOVÁ, Z. *Zvládání stresu při mimořádných událostech: bakalářská práce.* České Budějovice: Vysoká škola evropských a regionálních studií, 2020. 56 s. Vedoucí bakalářské práce: Mgr. Štěpán Kavan Ph.D.

Klíčová slova: mimořádná událost, stres, krize, katastrofa, intervence, povodeň.

Cílem práce je charakteristika mimořádných událostí a stresu, z nich vyplývajících. Základní pojmy, které se ke zvolenému tématu vztahují, jsou nastíněny v teoretické části práce. Další z kapitol hovoří o stresu, plynoucímu z prožité mimořádné události, zaměřuje se i na jeho typy a možnosti zvládnutí. Následuje krizová intervence, která je často nutným důsledkem prožité mimořádné události, popsány jsou její formy a možnosti. Závěr teoretické části je věnován nejčastějším mimořádným událostem v naší republice.

Praktická část bakalářské práce se zaměřuje na popis vybraného území, které bylo postiženo jednou z mimořádných událostí – povodní, dále mapuje ochranu obyvatel před povodněmi a seznamuje také s několika případovými studii obyvatel, kteří se ve svém životě setkali s jednou z mimořádných událostí, a sice povodní. Dílčím cílem práce je zkoumání dopadu dané mimořádné události na další život postižených obyvatel, tyto informace jsou rovněž rozebrány v praktické části práce.

Pro výzkumné šetření a získání potřebných informací jsou použity dotazníky, dalšími metodami jsou analýza, syntéza, komparace a strukturovaný rozhovor. V závěru praktické části jsou interpretovány výsledky dotazníkového šetření, které ve vybrané obci probíhalo. Z nich je patrné, že život obyvatel postižených povodní měl na jejich život velký vliv, byli nuceni řešit finanční ztráty a díky povodni se potýkali s fyzickými i psychickými problémy.

ABSTRACT

DEMČÁKOVÁ, Z. *Stress management in emergencies events*: Bachelor thesis. České Budějovice: The College of European and Regional Studies, 2020. 56 s. Supervisor: Mgr. Štěpán Kavan Ph.D.

Key words: emergency situation, stress, crisis, catastrophe, intervention, flood.

The goal of the bachelor thesis is the characteristics of emergency situations and the stress resulting from them. Basic definitions related to the chosen topic are outlined in the theoretical part of the thesis. Another chapter explains emergency situations that some people experience, related stress and its types, and coping strategies. Following chapter describes forms and options for a crisis intervention, which is often a necessary consequence of an encountered emergency situation. The end of the theoretical part is dedicated to the most common emergency situations in the Czech Republic.

Practical part of the bachelor thesis aims at the description of selected area affected by flood, one of the emergency situations. It further follows the citizens' protection from floods and shows few case studies of people who has experienced flood in their life. Partial goal of the thesis is the investigation of what further impact this emergency situation has on affected people's life, which is analysed in the practical part of the thesis as well.

Survey and other methods such as analysis, synthesis, comparison and structured interview has been used for the research and in order to gather all needed information. Results of the survey, that took place in the chosen village, are presented in the conclusion of the practical part. It is evident that life of people who encountered flood has been significantly impacted plus they were forced to deal with financial losses and physical and mental issues.

Obsah

ÚVOD	8
1 CÍL A METODIKA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE	10
2 MIMOŘÁDNÉ UDÁLOSTI	11
2.1 Vymezení pojmů	11
2.2 Dopady mimořádné události a jejich zvládnání	14
2.3 Krizová intervence jako důsledek prožité mimořádné události	17
2.4 Mimořádné události v ČR	19
3 PŘÍKLAD MIMOŘÁDNÉ UDÁLOSTI V OBCI Kamýk nad Vltavou ...	26
3.1 Popis vybrané oblasti zasažené povodní	26
3.2 Ochrana obyvatelstva před povodní	28
3.3 Případové studie	30
4 VÝZKUM A ZPRACOVÁNÍ ZÍSKANÝCH INFORMACÍ	33
5 VÝSLEDKY DOTAZNÍKOVÉHO ŠETŘENÍ	35
6 DISKUZE	44
ZÁVĚR	46
SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ	48
SEZNAM PŘÍLOH	51
Příloha I Vzor dotazníku použitého pro empirické šetření	52
Příloha č. II Obec Kamýk nad Vltavou při povodních v roce 2002	56

ÚVOD

V dnešní době si stačí pustit večer doma televizi a okamžitě se na nás hrnou informace o všech možných událostech, které se během dne v naší republice staly. Stačí k tomu dopravní situace na silnici, klimatické změny přírody nebo nepozornost lidí a rázem se dovídáme o mimořádné události, která zamíchá životem lidí s různě silnými důsledky.

Každý člověk se může nečekaně potkat s mimořádnou událostí, neboť se vyskytují od nepaměti a stoprocentní ochrana před nimi neexistuje. Díky zeměpisnému umístění České republiky je naše země ušetřena výskytu některých mimořádných událostí, jako jsou například tsunami nebo tornáda. Jiné jsou však pro naši republiku typické a časté, hovořit bychom mohli o ničivých požárech, vichřicích a především povodních. Na otázku, proč se tomu tak děje, lze odpovědět, že jednou z možných příčin je neustálé oteplování planety. V důsledku tohoto jevu můžeme každoročně zaznamenat lokální záplavy v různých částech země. Několik let nás také ohrožují velká sucha a extrémní vedra, díky nimž sucha vznikají. O to zvláštnější je psát v této práci o přemíře vody, když se v současné době vyskytuje otázka opačná a sice, jak to bude dál, když bude vody nedostatek? Voda je důležitá kapalina, bez které by nebyl život vůbec možný. Zároveň je ale voda nezkrotný živel, která při povodni dokáže životy i vzít.

Mimořádné události se mohou vyskytnout bez varování a zaskočí nás zcela nepřipraveny, ohrožují nás na životech, ničí naše obydlí, území i vše, co jsme vybudovali. Proto je velmi důležité mít co nejpřesnější informace o tom, jak mimořádným událostem nejen předcházet, pokud je to vůbec možné, ale především vědět, jak se zachovat, pokud mimořádná událost zaútočí na nás samotné, či naše blízké. Vědět, kam se uchýlit, co si vzít s sebou, jak pomoci sobě i druhým a co je v dané chvíli vlastně nejdůležitější. Ke zmírnění následků těchto událostí sice významně přispívají zejména legislativní a organizační opatření, která přijímá každý vyspělý stát, nicméně účinně mohou ke zmírnění těchto následků napomoci i samotní občané. Proto je nutné znát možná nebezpečí a chování při vzniku těchto událostí.

Námětem této bakalářské práce jsou tolik obávané mimořádné události. Jednotlivé druhy jsou v práci podrobněji popsány a následně jsou vymezeny intervenční možnosti, týkající se zvládnutí stresu a zátěžových situací, pokud se jedinec musí s mimořádnou událostí potýkat.

Práce dále přibližuje konkrétní mimořádnou událost, která je v České republice jednou z největších událostí svého druhu. Zmar, neštěstí, bolest, strach z toho, co bude. Takové emoce prožívalo obrovské množství lidí především v povodí řeky Vltavy. Tito lidé jsou autorce práce osobně známé, a proto ani ji nenechala vzniklá situace chladnou. K této události, konkrétně povodni, jež postihla obec, o které se v práci hovoří, došlo v roce 2002. Jak se postižení lidé ve zmiňované obci s mimořádnou událostí vyrovnali a jakým směrem se dále ubíral jejich život, i o tom pohovoří tato práce.

1 CÍL A METODIKA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Tématem bakalářské práce je zvládnání stresu při mimořádných událostech. Hlavním cílem bakalářské práce je charakterizovat problematiku mimořádných událostí a stresu, se kterými se lidé mohou potkat.

Dílčím cílem bakalářské práce je problematika mimořádných událostí a stresu, se kterými se lidé mohou potkat. Hlavním cílem je zkoumání vybraných mimořádných událostí, při kterých se obyvatelé museli s nečekanou mimořádnou událostí potýkat. Metodicky je využito dotazníku, který byl jednotlivcům zadán k vyplnění. Sledováno je především to, zda postižení lidé využili nějakou formu krizové pomoci, zda se s mimořádnou situací vyrovnali a také, jak se dále ubíral jejich život.

Metodicky je využito několika metod, a sice analýza, syntéza, komparace, strukturovaný rozhovor a dotazník. Analýza patří, spolu se syntézou, mezi základní a nejpoužívanější metody. Jedná se o protipóly, přičemž smyslem analýzy je rozbor na části, které se postupně stávají cílem zkoumání. Syntéza je opakem, tedy dílčí části skládá v jeden výsledný celek. Využito je i komparace, neboli srovnávací metody, kdy jsou jednotlivé poznatky, které autorka práce získala, porovnávány a srovnány, aby mohly být následně využity pro oblast hodnocení a zpracovávání výsledků bakalářské práce.

Výše zmiňované metody jsou vybrány a použity na základě odpovědí získané z dotazníků. Ty jsou lidem, majícím zkušenosti s povodní v roce 2002, zadány k vyplnění. Sledováno je především to, zda postižení lidé využili nějakou formu krizové pomoci, zda se s mimořádnou situací vyrovnali a také, jak se dále ubíral jejich život. Prováděné šetření je vzhledem k rozsahu bakalářské práce a po domluvě s vedoucím práce zaměřeno konkrétně na obec Kamýk nad Vltavou.

Výběr kamýckých občanů, kteří mají konkrétní zkušenost s charakterizovanou povodní, je systematický, vybrání budou obyvatelé na obou březích řeky Vltavy. V některých případech je využito ještě strukturovaného rozhovoru, který rovněž směřován k získání informací o prožité mimořádné události – povodni. Smyslem strukturovaného rozhovoru je pokládání předem připravených otázek druhé osobě s cílem získat informace o daném tématu. Proti dotazníku lze získat obsáhlejší a výstižnější odpovědi a využít lze i pozorování a sledování projevů verbální i neverbální komunikace dotazovaného.

2 MIMOŘÁDNÉ UDÁLOSTI

2.1 Vymezení pojmů

V druhé kapitole jsou vymezeny a popsány hlavní pojmy, které úzce souvisejí s problematikou mimořádných událostí, jejichž charakteristika je hlavním cílem bakalářské práce. Mezi takové pojmy patří:

- a) mimořádná událost
- b) krizová situace
- c) katastrofa
- d) živelní pohroma
- e) havárie
- f) intervence
- g) stres

MIMOŘÁDNÁ UDÁLOST – jedná se o škodlivé působení sil a jevů vyvolaných činnostmi člověka, přírodními vlivy a také havárie, které ohrožují život, zdraví, majetek nebo životní prostředí a vyžadují provedení záchranných a likvidačních prací¹Obecně lze za mimořádnou událost považovat náhlou závažnou událost, která způsobila narušení stability systému s možným ohrožením jeho bezpečnosti nebo existence. Mimořádná událost je nenadálý částečně nebo zcela neovládaný, časově a prostorově ohraničený děj, který vznikl v souvislosti s provozem technických zařízení, působením živelních pohrom, neopatrným zacházením s nebezpečnými látkami nebo v souvislosti s epidemiemi a dalšími negativními vlivy.²Mimořádné události mohou být původu přírodního nebo antropogenního, tj. způsobené člověkem a jeho činností.

Dále je rozdělujeme na:

- **živelní (přírodní) pohromy**
- **havárie s únikem nebezpečných látek**
- **ostatní události**

Jako **živelní pohromy** označujeme záplavy a povodně, záplavy vzniklé rozrušením vodních děl (hráze rybníků, přehrad apod.), táním sněhu, vichřice, sněhové a námrazové kalamity, orkán, tornádo, sesuvy půdy a svahové pohyby, zemětřesení, sopečný výbuch extrémní chlad a teplo, pád meteoritu, velké lesní požáry. Mezi

¹ Zákon č. 239/2000 Sb., o integrovaném záchranném systému a o změně některých zákonů

²MV ČR a HZS ČR. *Co jsou to mimořádné události* [online]. [cit. 2019-02-20]. Dostupné z: <https://www.zachranny-kruh.cz/pro-verejnost/mimoradne-udalosti/zakladni-informace/co-jsou-to-mimoradne-udalosti.html>

havárie s únikem nebezpečných látek řadíme havárie v chemickém provozu, výbuchy plynovzdušných směsí, radiační havárie či ropné havárie. Mimořádné události, označené jako **ostatní**, jsou teroristický čin, anonymní oznámení o uložení bomby, nebezpečná zásilka, podezřelé zavazadlo, epidemie nakažlivých nemocí lidí a zvířat (např. salmonelóza, prasečí mor, ptačí chřipka), rozsáhlé dopravní havárie (hromadné autohavárie, velká železniční neštěstí, letecké katastrofy).³

KRIZOVÁ SITUACE - nastává jako mimořádná situace, při níž je vyhlášen stav nebezpečí, nouzový stav, stav ohrožení státu nebo válečný stav. Jedná se o takové stavy, kdy hrozící nebezpečí nelze odvrátit nebo způsobené následky odstranit běžnou činností správních orgánů a složek integrovaného záchranného systému. Dále se jedná o stavy, kdy jsou bezprostředně ve velkém rozsahu ohroženy životy a zdraví občanů, životní prostředí, majetkové hodnoty, veřejný pořádek nebo hospodářství, případně stav vnějšího ohrožení státu jako důsledek ozbrojeného konfliktu, teroristické akce nebo jiné akce ohrožující stabilitu státu.⁴

Obecně lze rozlišit krizovou situaci od mimořádné události tak, že mimořádnou událost lze řešit standardním způsobem, tedy bez vyhlášení stavu nebezpečí, nouzového stavu nebo stavu ohrožení státu, kdežto krizová situace nastává tehdy, kdy standardní způsoby vyplývající z působnosti řešitelů již nepostačují, a mimořádná událost přerůstá v kritickou. Druhy krizových situací se vymezují v tzv. krizovém zákonu, jedná se o zákon č. 240/2000 Sb., o krizovém řízení a o změně některých zákonů.

KATASTROFA- jde o velké neštěstí, událost s tragickými následky nebo pohromu⁵. Její oběti jsou často vystaveny tzv. katastrofickému syndromu, kdy jsou ohromeny, zmateny, neschopny reagovat na vnější podněty, provádět jednoduché úkoly a postavit se situaci, postupně propadají pocitům bezmocnosti vyhrocující se až k psychickému a fyzickému kolapsu.⁶

³MARÁDOVÁ, Eva. *Ochrana člověka za mimořádných událostí*. Praha: Vzdělávací institut ochrany dětí, 2007. ISBN 978-80-86991-24-5.

⁴Ministerstvo vnitra České republiky. *Terminologický slovník pojmů z oblasti krizového řízení, ochrany obyvatelstva, environmentální bezpečnosti a plánování obrany státu*. [online]. 2016 [cit. 2019-02-15]. Dostupné z: planovani-obrany-statu.aspx

⁵VEBROVÁ, Jitka a Tomáš KRAJÍČEK. *Slovník cizích slov*. Praha: Plot, 2006. ISBN 80-86523-77-2.

⁶HARTL, Pavel. *Stručný psychologický slovník*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-803-1

ŽIVELNÍ POHROMA - je mimořádná událost vznikající v důsledku působení přírodních sil. Přináší škody na majetku, přírodě, poškozují zdraví a mnohdy má za následek smrt lidí. Živelní pohromy mohou dosáhnout katastrofických rozměrů. Jejich rozsah nezávisí jen na jejich intenzitě, ale i na koncentraci lidí, průmyslu, dopravy, rizikových technologií na postiženém území a také na připravenosti likvidovat veškeré následky a zabránit sekundárním škodlivým jevům. Kromě zničení určitého území, obydlí, majetku, komunikací či zdrojů obživy může živelná pohroma vyvolat řetěz dalších mimořádných událostí – hladomor, nákazy, nekontrolovatelný pohyb obyvatelstva, uvolnění nebezpečných látek, požáry, výpadky energetických a zásobovacích sítí (elektřiny, vody, plynu, tepla apod.)⁷

HAVÁRIE – vysvětlujeme ji jako nehodu, také jako mimořádnou událost, při níž dochází k nějaké škodě. Tato škoda může vzniknout v souvislosti s provozem technických zařízení a budov, užitím, zpracováním, výrobou, skladováním nebo přepravou nebezpečných látek nebo nakládáním s nebezpečnými odpady.⁸

Tyto události vznikají díky lidské činnosti a mohou způsobit menší, ale také ohromné škody. Mohou ohrozit naše zdraví, životy, životní prostředí a majetek. Ať už havárii způsobí přímo člověk nebo technika, která je produktem lidské činnosti, nebo příroda, která na nás zaútočí prostřednictvím některého ze svých živlů (oheň, voda, země, vzduch), havárie nás mohou zastihnout kdykoliv a kdekoliv.⁹

INTERVENCE – slovo je chápáno jako cílený a promyšlený zásah či zákrok, který je většinou zaměřený na zmírnění tíživé osobní situace jedince. Jde o způsob pomoci v takové životní situaci, kde vlastní zdroje pro zvládnání zátěže už nedostačují. V krizové intervenci se s klientem odborník zaměřuje na problém, ohnisko, spouštěč, podporu a řešení, a to v reálném čase "tady a teď".¹⁰

STRES – je definován jako negativní emocionální zážitek, který je pro člověka ohrožující, respektive jeho intenzita přesahuje možnosti jedince ho zvládnout. Obecně

⁷MARÁDOVÁ, Eva. *Ochrana člověka za mimořádných událostí*. Praha: Vzdělávací institut ochrany dětí, 2007. ISBN 978-80-86991-24-5

⁸VEBROVÁ, Jitka a Tomáš KRAJÍČEK. *Slovník cizích slov*. Praha: Plot, 2006. ISBN 80-86523-77-2.

⁹MV ČR a HZS ČR. *Co jsou to mimořádné události* [online]. [cit. 2019-02-20]. Dostupné z: <https://www.zachranny-kruh.cz/pro-verejnost/mimoradne-udalosti/zakladni-informace/co-jsou-to-mimoradne-udalosti.html>

¹⁰HARTL, Pavel. *Stručný psychologický slovník*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-803-1

jde o tzv. *nadhraniční (nadlimitní) zátěž*. Ta vede k vnitřnímu napětí a ke kritickému narušení rovnováhy organismu.¹¹ Další z definic hovoří o stresu jako o nadměrné zátěži neúnikového druhu, která vede ke stresové reakci, na rozdíl od reakce, která může být vyřešena únikovým mechanismem.¹² Do třetice hovoříme o stresu jako o stavu organismu, který vzniká vzájemným působením vnějších zátěžových vlivů (očekávání jisté události, hrozba, extrémní zatížení po fyzické nebo psychické stránce duševní trauma, nemoc) a schopností člověka odolat této zátěži. Výsledkem je vnitřní stav člověka, který je buď přímo něčím ohrožován, nebo takové ohrožení očekává a přitom se domnívá, že jeho obrana proti nepříznivým vlivům není dostatečně silná.¹³

2.2 Dopady mimořádné události a jejich zvládání

Mimořádná událost znamená ve většině případů pro člověka nutnost reagovat na ni. Jak, to již záleží na každém jedinci individuálně. Člověk jako každý tvor, potřebuje neustále určité množství podnětů, které zpracovává a reaguje na ně. Lidské emoce se pohybují s výkyvy od vysoké aktivity do útlumu, od smutku k radostem, od pohody ke vzrušení. Nedostatek podnětů vede naopak k nudě a v patologické podobě až k deprivaci. Stresové mechanismy prostě neoddelitelně patří k životu, který v mírných dávkách stimuluje a v ohrožení zachraňuje. Jejich nezaviněným nedostatkem je, že se spouštějí i v situacích, kdy je to nejen zbytečné, ale přímo škodlivé. Nemůžeme ale jednoznačně říci, že je stres pouze škodlivý. Určitou míru stresu ke svému životu potřebujeme, je naší hnací silou, kořením života. Bez něj bychom měli jen málo sil k překonávání překážek, které nám život neustále přináší. V situacích, na které se těšíme, dobrovolně je zařazujeme do svého života, a přesto se v nich stres objevuje, hovoříme o *eustresu*. Jedná se o normální stres, který prožíváme například vlivem svatby, narození dítěte, výhry v loterii apod.

Na straně druhé se člověk setkává se stresem škodlivým, nazývaným jako *distres*. Ten se objevuje v okamžiku, kdy se cítíme přetížení, pod tlakem, přestáváme věci zvládat. Cítíme přetížení, ztrátu, bezmoc a zoufalství. V běžné mluvě má slovo „stres“ vždy spojitost právě s tímto negativním stresem, tedy si lidé těžko představují,

¹¹KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie zdraví*. Vyd. 3. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-568-4.

¹²HARTL, Pavel. *Stručný psychologický slovník*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-803-1

¹³PRŮCHA, Jan, Jiří MAREŠ a Eliška WALTEROVÁ. *Pedagogický slovník*. 4. aktualiz. vyd. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-772-8

že stres může být i pozitivní. Právě *distres* však může v konečném důsledku vyvolat nejrůznější onemocnění či dokonce smrt a to především tehdy, když je tento stav pro člověka nadměrný, trvá dlouhodobě a není v silách jedince ho zvládnout. Vyčerpaný člověk však často nejen že nemá sílu situaci mít kontrolou, ale ani netuší, kam se pro pomoc obrátit. Bloudí v začarovaném kruhu, ze kterého nevidí cestu ven. Jisté však je i to, že dva jedinci nebudou a ani nemohou stejně reagovat na prožívanou situaci. A tak zatímco jeden vsadil na dostizích na outsidera desetikorunu a dosáhl tím nabuzení a vzrušení, kterému říkáme *eustres*, druhý vsadil deset tisíc a je nutné, aby peníze vyhrál zpět, prožívá stres opačný, nazývaný se *distres*. Podobná situace tak představuje pro dva lidi různě intenzivní stresor, ale tak může působit i naprosto stejná situace, což už je otázka individuální stresové tolerance. Reakce každého z nás na stres je tedy velice různá. Stres může být vyvolán různými vlivy, podmínkami, faktory a podněty. Některé stresory vyvolají stres u většiny lidí, jiné působí jen na některé z nás. Někteří lidé se do stresu dostávají velice snadno, jiní jsou odolnější a jsou i lidé do určité míry vůči stresu imunní. Člověk může cítit působení stresu různě intenzivně, podle toho jak se celkově cítí nebo v jaké životní situaci se nachází.¹⁴

V současné době se používají také pojmy *hyperstres*, což je stres přesahující hranice přizpůsobivosti jedince a *hypostres*, což je stres, který se dá ještě zvládnout, i když při dlouhodobém působení může nastat zvrát. Zjednodušeně můžeme říci, že při *hyperstresu* zažíváme stres velké intenzity a tento stres již překračuje hranici člověka vyrovnat se s ním a naopak při *hypostresu* cítíme stres, který nedosahuje obvyklé intenzity a my se můžeme až nudit či být frustrováni.¹⁵

Mnoho badatelů, lékařů a psychologů se snaží přijít na to, proč organismy na stres reagují různě a jak moc je díky stresu fungování organismu ovlivňováno. Například rakousko-kanadský lékař Dr. Ing. Hans Selye, označovaný také jako otec moderního stresového výzkumu, popisuje stres jako "nespecifickou reakci organismu na jakýkoliv druh stresu (hluk, strach, teplo atd.)" A následnou adaptaci organismu na tyto činitele, kteří jsou v literatuře označováni také jako stresory. Jeho slavná a revoluční koncepce stresu otevřela nespočet nových cest léčby objevem skutečnosti, že na vzniku mnohých degenerativních onemocnění včetně infarktu, krvácení do mozku, kornatění tepen, vysokého krevního tlaku či selhání ledvin, kloubního zánětu, žaludečních vředů

¹⁴VEČEŘOVÁ – PROCHÁZKOVÁ, Alena a Radkin HONZÁK. *Stres, eustres a distres* [online]. Psychiatrická katedra IPVZ, 2008 [cit. 2019-03-10]. Dostupné z: file:///C:/Users/hp/Downloads/Solen_int-200804-0009.pdf

¹⁵BÁRTOVÁ, Zdenka. *Jak zvládnout stres za katedrou*. Kralice na Hané: Computer Media, 2011. ISBN 978-80-7402-110-7.

a dokonce i rakoviny mají zásadní vliv hormony. Jeho americký protějšek fyziolog Cannon, také v časných třicátých létech, popisuje krátkodobou stresovou reakci u lidí a zvířat a říká, že právě uvolnění hormonů dá tělu povel vykonávat boj.¹⁶

Stresový výzkum byl pak dále rozvíjen americkým psychologem Lazarem v šedesátých letech s transakčním konceptem. Zjistil, že každý člověk reaguje odlišně na stres podle věku, pohlaví, dispozice (psychika, vzdělání,...). V důsledku toho je správný způsob, jak se vypořádat se stresem, individuální a každý má právo na svůj vlastní pocit stresu. Kromě toho se učíme ze zvládnutých stresových situací a dále se rozvíjíme. Bez stresu by lidstvo pravděpodobně již zaniklo, protože ten, kdo bojuje, může ztratit - ale kdo nebojuje, již ztratil.¹⁷

Není možné úplně se zbavit stresu, je nedílnou součástí života, ale můžeme se naučit stres zvládat. Musíme se naučit, jak s ním žít a jak nenechat stres, aby ovládal náš život. První zásadou je, nepoddat se pocitu, že je již vše ztraceno a nic se nedá dělat. I když nás nějaká neočekávaná situace zaskočí, zpravidla je možné dělat mnohem více, než si v dané situaci dokážeme představit. Často se nám zdá, že jsme v dané situaci beznadějně chyceni bez možnosti uniknout. Všechno se však dá změnit tak, abychom si vytvořili možnosti k řešení dané situace a zaměřili se na omezení dopadů nežádoucí situace v co největším rozsahu. V podstatě to znamená přijmout skutečnosti, kterým se nedá vzdorovat, a zásadně je změnit směrem k lepšímu či přijatelnějšímu.¹⁸

H. Selye shrnuje problematiku snášení stresu do tří hlavních bodů:

- 1. Najděte svou vlastní přirozenou hladinu stresu.*
- 2. Buďte altruisticky egoističtí – vzbuzujte u svých bližních náklonnost, respekt, úctu, podporu a lásku, neboť díky tomu najdete nejúčinnější způsob uvolnění potlačované energie.*
- 3. Snažte se nezůstat sami uprostřed přelidněné společnosti, která vás obklopuje a jejíž jste součástí. Když si získáte lásku bližního, nikdy nebudete sami.*

H. Selye uvádí, že toto jsou hlavní principy, které pomáhají čelit stresorům při neustálém boji o přežití, bezpečnost a prosperitu.¹⁹

¹⁶SELYE, Hans. *Stres života*. Přeložil Petra KUDRNÁČOVÁ. Hodkovičky: Pragma, 2016. ISBN 978-80-7349-392-9.

¹⁷*Was ist Stress?* [online]. [cit. 2019-03-12]. Health Management Consulting. Dostupné z: <https://www.antistress.de/was-ist-stress>

¹⁸LONG, Maxine. *Rodinná encyklopedie medicíny a zdraví*. Čestlice: Rebo Productions, c1999. ISBN 80-7234-074-3.

¹⁹SELYE, Hans. *Stres života*. Přeložil Petra KUDRNÁČOVÁ. Hodkovičky: Pragma, [2016]. ISBN 978-80-7349-392-9.

Technikám zvládání stresu se říká copingové strategie (z ang. Coping – zvládat, poradit si) a jedná se o schopnost umět si poradit s mimořádně obtížnou situací. Z hlediska psychického uvolnění se jedná například o myšlenkové relaxace, související s představováním si pozitivních myšlenek, o meditace a také různé druhy terapií:

- Muzikoterapie – léčba hudbou.
- Arteterapie – léčba malováním.
- Ergoterapie – léčba prací.
- Biblioterapie – četba knih.
- Dramaterapie – hraní divadelních rolí.
- Zooterapie – léčba pomocí zvířat, z nichž nejznámější je canisterapie, kdy se využívá psa jako domácího mazlíčka.

Mezi oblast psychického uvolnění patří rovněž používání psychoterapeutických prostředků kvalifikovaným odborníkem, kdy hovoříme o psychoterapii.

V rámci tělesného uvolnění může jedinec docházet na různé masáže, provádět protistresové dýchání, zaměstnat se pohybem, cvičit jógu, tančit v rámci taneční terapie a další.²⁰

2.3 Krizová intervence jako důsledek prožité mimořádné události

Pojem krizová intervence znamená pomoc v krizi, tedy v situaci, která jedince ohrožuje, stresuje a která vyžaduje řešení, často bohužel jinak, než pouze svépomocí. Oběťmi krizové situace nemusí však být jen přímý účastník krize, ale také jeho příbuzní, přátelé, sousedé, svědci krize či samotní záchranáři. Jedná se o odborné metody práce s lidmi, kteří se nacházejí v mimořádné situaci a kteří se musí vyrovnávat s mimořádnou událostí. Cílem těchto metod je uspořádanost a návaznost postupů, které by měly současnou situaci vyřešit a pomoci tak klientovi zvládnout sebe v dané situaci. Důležité je zaměřit se na problém, který krizovou reakci vyvolal, dále na klientovy pocity s událostí spojené a hlavně na možné zdroje pomoci.

²⁰KOPECKÁ, Ilona. *Psychologie: učebnice pro obor sociální činnost*. Praha: Grada, 2011-. ISBN 978-80-247-3877-2.

Špatenková (2011) udává ve své publikaci tyto znaky krizové intervence:

- Okamžitá pomoc.
- Redukce ohrožení (navození pocitu bezpečí, emoční podpora, materiální pomoc – přístřeší, jídlo apod.).
- Koncentrace na problém „tady a teď“.
- Intenzivní kontakt krizového intervenanta s klientem (v případě potřeby i každodenní pomoc).
- Přístup intervenanta (empatický, vstřícný, trpělivý, chápající).
- Individualita každého případu.

Špatenková (2011) dále vysvětluje, co znamená krizová intervence v praxi:

- Poskytování bezpečí.
- Emocionální podpora, dodávání naděje.
- Usnadnění komunikace.
- Vedení klienta, pokud se snaží situaci vyřešit sám.
- Konfrontace s realitou a redukce tendence odmítání a zkreslování reality.
- Identifikace nejhlavnějšího problému, který bude nutné řešit.
- Zhodnocení klientových obranných a adaptačních mechanismů a fyzického či psychického stavu.
- Vytvoření plánu pomoci a vyhledání možných zdrojů pomoci.

Největším oporou pro člověka potýkajícího se s mimořádnou událostí bývá fakt, že se v jeho blízkosti nachází někdo, kdo mu poskytne tzv. sociální oporu. Systém sociální opory představují lidé a instituce, které mohou klientovi poskytnout pomoc nejen v běžných situacích života, ale především v případě jakékoliv krize. Tato opora je vlastně chápána jako určitý mezník, od kterého přichází pomoc. Sociální opora má za úkol tlumit negativní dopad působení stresu na člověka, má pozitivní vliv na psychický stav jedince a napomáhá tak ke zvládnutí krizových situací. Jedinci umožňuje také ventilaci emocí a problémů, což je velice důležité a tím i motivuje k řešení vzniklé krize. Ukazuje také jiný pohled na krizovou situaci, která se často člověku zdá absolutně neřešitelná. Sociální opora představuje rovněž poskytnutí materiální či finanční podpory, ale i ústní rady a doporučení pro efektivní řešení krizové situace.

Během života si jedinec vytváří postupy a strategie, jak se se stresovými situacemi a životními krizemi vyrovnávat. Ve většině případů využívá k řešení krizových situací osvědčené, naučené postupy z minulosti, ale zkouší i nové

a tím si dále rozšiřuje svůj repertoár vyrovnávacích strategií. V procesu zvládnání krize je v počátečních fázích významná právě svépomoc. Každý jedinec si pomáhá jinak, v závislosti na individualitě každého z nás. Když vlastní pomoc selže, přichází na řadu pomoc blízké osoby, o kterou je ale nutné si říci. Což často lidé v krizové situaci neudělají z různých důvodů. Přesto má pomoc blízké osoby v rámci zvládnání krize nezastupitelný význam. Každý z nás, jako neoborník, může jedinci pomoci s vyrovnáním se s krizí tím, že ho trpělivě vyslechne, dá najevo porozumění, umožní mu ventilaci jeho emocí, promyslí s ním společně další možnosti řešení jeho situace, případně napomůže dalším krokům v řešení jeho situace. Je však vždy třeba zvažovat své kompetence a možnosti a zejména hranice možné pomoci a případně včas využít pomoci odborníka.²¹

2.4 Mimořádné události v ČR

Mimořádné události postihují lidi na celém světě, ani Česká republika tedy není výjimkou. Lidé si většinou běžně nepřipouštějí, že se mohou s mimořádnou událostí potkat a často je taková událost zastihne v okamžiku, kdy na to člověk není připraven. V České republice se můžeme setkat s velkým množstvím mimořádných událostí. Různé druhy mimořádných událostí nás postihují od počátků lidstva. Přírodní události, nebo spíše přírodní živly, udeří vždy téměř bez varování a mají ničivé účinky. Proti tomuto druhu mimořádných událostí se jako lidé nedokážeme téměř vůbec bránit. Jedinou výhodou, kterou máme v tomto ohledu proti předchozím generacím, jsou do velké míry rozvinuté moderní technologie, které nám sice obvykle nepomohou mimořádné události odvrátit, ale díky informacím, které jsou nám schopny poskytnout, můžeme podniknout kroky, díky nimž můžeme konečné dopady těchto živlů na lidstvo výrazně omezit. Vznik mimořádné události pak následně vyžaduje provedení rychlých a rozvážených záchranných prací. Zvládnutí této náročné situace vyžaduje, abychom byli schopni na vznik mimořádné události adekvátně reagovat. Připravený člověk po stránce teoretické a praktické bude daleko lépe překonávat náročnou psychickou a fyzickou situaci, nezpůsobí zhoršení situace, zmatek či nebude stěžovat práci příslušníkům Integrovaného záchranného systému. Důsledkem mimořádné události je mimo jiné zkušenost, která znamená, že na příští katastrofu podobného typu jsou lidé

²¹ŠPATENKOVÁ, Naděžda. *Krizová intervence pro praxi*. 2., aktualiz. a dopl. vyd. Praha: Grada, 2011. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-2624-3.

lépe připraveni. Jsou však události, na které se připravit nelze. Jedná se zejména o opakované záplavy, opakované sesuvy půdy, požáry lesů.²²

Následující přehled udává výčet mimořádných událostí, které mohou ohrozit a ohrožují území České republiky:

- Záplavy a povodně, záplavy vzniklé rozrušením vodních děl (hráze rybníků, přehrad apod.), tání sněhu.
- Extrémní situace způsobené rozmary počasí (větrná smršť, přívalový déšť, krupobití, sněhové a námrazové kalamity, katastrofální sucho).
- Požáry, rozsáhlé lesní požáry a velké plošné požáry.
- Sesuvy půdy a svahové pohyby.
- Rozsáhlé dopravní havárie (hromadné autohavárie, velká železniční neštěstí, letecké katastrofy).
- Únik nebezpečných škodlivin do ovzduší (únik čpavku z chladicího zařízení, únik chlóru při přepravě nebezpečných škodlivin apod.)
- Onemocnění většího počtu osob, epidemie.
- Nákazy zvířat (slintavka a kulhavka, prasečí mor apod.)
- přerušeni dodávek elektřiny, vody, plynu, tepla, telekomunikačních služeb
- terorismus.²³

Tato práce se zaměřuje na mimořádné události, které mají spojitost s vodou, tedy na povodně. Proto práce podrobněji pohovoří právě o nich.

Povodně

Podle české legislativy, zákona 254/2001 Sb. (zákon o vodách) dělíme povodně na přirozené a zvláštní. Přirozené povodně jsou způsobené přírodními jevy, jedná se tedy o povodně vzniklé zejména táním sněhu, silným deštěm nebo chodem ledů. Zvláštní povodně jsou takové, které jsou způsobeny jinak, než přírodními vlivy, mohou za ně různé poruchy vodních staveb či protržení hrází. Povodně představují pro Českou republiku největší přímé nebezpečí v oblasti přírodních katastrof. Ať už jde o tzv. bleskové povodně, kdy je vše dílem několika hodin, nebo stav, kdy voda neopadá

²²BAŠTECKÁ, Bohumila. *Terénní krizová práce: psychosociální intervenční týmy*. Praha: Grada, 2005. Psyché (Grada). ISBN 80-247-0708-X

²³*Město Náchod: Ochrana obyvatelstva* [online]. [cit. 2019-05-05]. Dostupné z: <https://www.mestonachod.cz/mesto/krizove-rizeni/ochrana-obyvatelstva/>

i několik týdnů. Povodně způsobují velké škody na majetku, zemědělské půdě a životním prostředí, důsledkem této živelné katastrofy může docházet i ke ztrátám na životech.²⁴

V současné době povodně ohrožují ohromnou plochu zemského povrchu, čísla říkají, že až 75 %, proto si jistě dovedeme představit, jak velký počet obyvatel je touto mimořádnou událostí ohroženo. Ve většině případů dochází k povodním kvůli nadměrnému množství srážek, ale příčinou může být i jarní tání sněhu, který stéká z hor a systém vodu nestačí odvádět. Pokud je tání navíc doprovázeno deštěm, hrozí riziko povodní ještě více. Dalším příčinou povodní je také protržení či přetečení přehrady nebo jiné vodní plochy. Naše republika, která se nachází v mírném podnebním pásu, se s povodněmi setkává většinou nepravidelně a je těžké je předvídat. Pokud již k povodni dojde, jsou ohrožena především místa, kde protéká vodní tok krajinou. Ten se vlivem velkého množství vody vylévá do okolí a způsobuje tím menší i větší škody.

Existují ale i místa na Zemi, kde se povodně očekávat dají, například tam, kde jsou pravidelné monzunové deště, hurikány s velkým množstvím srážek apod. Při povodních jsou typické sesuvy půdy, které často strhnou domy i celé části vesnice. Velká města, a od roku 2002 i naše hlavní město Praha, mají propracovaný systém obrany proti zvyšování hladin řek. Stav vody v řekách monitorují hydrologové, pokud se hladina a tedy i průtok zvýší, vyhláší v Česku stupně povodňové aktivity. Stupni povodňové aktivity se rozumí míra povodňového nebezpečí vázaná na směrodatné limity, jimiž jsou zpravidla vodní stavy nebo průtoky v hlásných profilech na vodních tocích, popřípadě mezní nebo kritické hodnoty na vodním díle z hlediska jeho bezpečnosti. Informace o vyhlášených stupních povodňové aktivity se občan dozví z hromadných informačních prostředků, od orgánů samosprávy nebo orgánů státní správy.²⁵

Zákon č.254/2001 Sb. rozlišuje tři stupně povodňové aktivity:

První stupeň povodňové aktivity = STAV BDĚLOSTI

Tento stupeň nastává při nebezpečí přirozené povodně a zaniká, pominou-li příčiny takového nebezpečí. Zjednodušeně můžeme říci, že se vyhláší při stoupání vodní hladiny a tehdy, pokud je potřeba věnovat toku zvýšenou pozornost.

²⁴Zákon č. 254/2001 Sb.: o vodách a o změně některých zákonů

²⁵MELICHERČÍK, J. a V. MELICHERČÍKOVÁ. *Základní doporučení pro provádění čištění a dezinfekce po povodních a záplavách*: [cit. 2020-03-06]. Dostupné z: http://www.szu.cz/uploads/documents/Povodne/Povodne_dr_Melichercikova.pdf

Druhý stupeň povodňové aktivity = STAV POHOTOVOSTI

Druhý stupeň vyhláší příslušný povodňový orgán, přerůstá-li nebezpečí přirozené povodně v povodeň zvláštní, tedy když by například mohlo dojít k protržení hráze apod. Je to ta chvíle, kdy vzniká povodeň a voda se na některých místech rozlévá, ale zatím jen mimo obydlená území, například na pole. V tuto chvíli je také nutné, aby zasedla povodňová komise.

Třetí stupeň povodňové aktivity = STAV OHROŽENÍ

Třetí stupeň vyhláší příslušný povodňový orgán při nebezpečí vzniku škod většího rozsahu, ohrožení životů, zdraví a majetků v zaplaveném území. V tuto chvíli již voda začíná ohrožovat obydlená místa a rozlévá se do míst, kde jsou obydlená území. Může se vyhlásit také ve chvíli, kdy například hrozí protržení vodního díla. Při tomto stupni povodňové aktivity se provádějí se zabezpečovací a podle potřeby záchranné práce nebo evakuace.

Druhý a třetí stupeň povodňové aktivity vyhláší a odvolávají ve svém územním obvodu povodňové orgány a při vzniku zvláštní povodně i krizové orgány.²⁶

Výskyt povodní na našem území není novinkou posledních let. Povodně jsou na českém území zaznamenány již na začátku 12. století. Dokazují to záznamy, podle nichž se ničivé povodně vyskytly v Čechách a na Moravě v letech 1118, 1180, 1272, 1342, 1359, 1481, 1501, 1784, 1845, 1872, 1890, 1897, 1905, 1907, 1997, 1998, 2002. Povodně jsou v Česku v současnosti ničivější, než bývaly v minulosti. Tehdy se s nimi více počítalo. Například domy ve staré Praze se stavěly tak, aby měly dvoje dveře a voda jimi mohla proudit, nejviditelnější je pak „počítání“ s povodní na železnici, koleje se vždy stavěly na náspech ve výšce, kam voda podle zkušeností už nedosáhla. 20. století přineslo rozšiřování obytných zástaveb, což znamená, že na místech, kde dřív bývala pole, jsou nyní vesnice a lidé jsou při každé povodni vyděšeni a překvapeni, že voda přišla - leckdy už poněkolkáté za posledních deset let. Toky řek jsou také vybetonované, voda se nemá kam rozlévat a stéká níž do obydlené oblasti, kde pak působí velké škody.²⁷

²⁶Zákon č. 254/2001 Sb.: o vodách a o změně některých zákonů

²⁷KOPECKÝ, M., E. TILCEROVÁ, J. ŠIMAN, M. KOUCKÁ a K. VOPIČKA. *Ochrana obyvatelstva za mimořádných událostí*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci Pedagogická fakulta, 2011

Rok 2002

Mimořádnými událostmi, mezi které patří i povodeň, jsou v životě postiženy miliony obyvatel. Jsou pro ně v mnoha případech traumatizujícími událostmi. Zvláště, když přijdou náhle a jsou nezvladatelné. Pokud jsme jejich přímými účastníky, je to ještě mnohem osobnější a dramatictější.²⁸

Nejrozsáhlejší a velice traumatizující událostí se stala povodeň v roce 2002. Dlouho přšelo a tyto přetrvávající srážky zvedly na začátku srpna hladiny řek. Kromě Vltavy byla situace kritická i v okolí Berounky a jihočeských řek a na Moravě u řeky Dyje. Vltavská kaskáda měla ještě plná koryta ze srážek předchozích a tak se stalo nevyhnutelným, že voda zaplavila naše hlavní město a velkou část středních Čech. První povodňová vlna přišla v době od 7. do 11. srpna. Déšť rozvodnil jihočeské řeky, na jihu Čech začaly přetékat rybníky. Stále přšelo. Voda začala zaplavovat jihočeské České Budějovice. Třetí den deště ustaly a hladiny řek zčásti opadly. Lidé zahájili, úklid, meteorologové ale hlásili další srážky vytrvalého charakteru. Ke konci zmiňovaného období začalo opět silně pršet, vodohospodáři odpouštěli přehrady, v Třeboni bylo zaplaveno historické jádro a byla prokopána část jihovýchodní hráze rybníka Svět. Přišla druhá povodňová vlna, která je spojována s obdobím od 12. do 16. srpna. Pod vodou se ocitla všechna jihočeská města, byl vyhlášen stav nebezpečí jihočeským hejtmanem, později i hejtmanem středočeským. Za dva dny dorazila velká voda do Prahy, byl zaplaven Karlín a především pražské metro. V jižních Čechách voda pomalu opadala, postupovala ale směrem na sever. Další den byl zatopen areál Spolany Neratovice a došlo k úniku chlóru. Povodňová vlna se částečně rozplynula až po soutoku s Labem, určitá část se jí vylila do polí v okolí Labe. Kromě Prahy bylo postiženo povodní přes 700 dalších obcí a evakuováno muselo být až 225 tisíc lidí. Bohužel došlo i na ztráty na životech, o život přišlo 17 lidí, v sedmi krajích byl vyhlášen stav nouze. Celkové škody dosáhly výše 73,3 miliard Kč, z toho přes 6 miliard Kč jen v pražském metru. Již 13. srpna vyčlenila vláda na záchranné práce z rozpočtu 1,15 mld. Kč. Další fondy uvolnila ministerstva, např. Ministerstvo pro místní rozvoj, dopravy, zemědělství, kultury, financí či životního prostředí, část prostřednictvím jednotlivých krajů. Zdroje humanitární pomoci se formovaly urychleně v podobě fondů, například společnosti Člověk v tísni, České katolické charity, Českého červeného kříže, konta Bariéry, dále z nevládních či soukromých prostředků, jako je třeba Česká

²⁸BAŠTECKÁ, Bohumila. *Terénní krizová práce: psychosociální intervenční týmy*. Praha: Grada, 2005. Psyché (Grada). ISBN 80-247-0708-X

spořitelna, dále prostřednictvím řady benefičních akcí, často za účasti televizních stanic. Významná, finančně nevyčíslitelná byla i solidární pomoc mezi občany.²⁹

Povodně v roce 2002 byly charakteristické také devastujícím dopadem na chemický průmysl a tedy i na životní prostředí. Při povodni totiž dochází k situaci, kdy se velké množství kontaminované vody dostává do míst, kde může způsobit problémy. I při povodni v roce 2002 bylo vyřazeno z provozu velké množství čistíren odpadních vod, docházelo k výplachu stokových sítí a skládek odpadů. Byla zaplavena i řada průmyslových závodů. Do vody se tak dostalo široké spektrum znečišťujících látek a ty opravdu poté znečistily a kontaminovaly zdroje pitné vody. Přispěl k tomu i úhyn hospodářských zvířat, který spolu se znehodnocením potravin připravil nebezpečí vzniku epidemií, ke kterým však naštěstí díky včasným opatřením nedošlo. Druhá povodňová vlna také velice intenzivně spláchla různé látky i volné předměty z povrchů zasažených povodní.

Výsledné údaje a informace, kromě toho, že jsou východiskem pro celou řadu opatření k obnově krajiny, mají vliv i na další rozvoj povodňové ochrany, například na zdokonalování kritérií pro posuzování bezpečnosti vodních děl, volbu účinnějších protipovodňových opatření, upřesňování stupňů povodňové aktivity, na aktualizaci návrhových maximálních průtoků, tvorbu územních plánů, stanovování záplavových území a jejich aktivních zón, pojišťovací strategii atp. V důsledku ničivé povodně tak byly zpracovávány povodňové plány a s nimi protipovodňová opatření na mnoha místech republiky.³⁰

Kopecký a kolektiv (2011) ve své publikaci radí, jak se chovat při povodních, a sice před povodní, při povodni a po povodni.

Před povodní

- vytipujeme bezpečné místo, které nebude zaplaveno vodou,
- připravíme si pytle s pískem na utěsnění nízko položených dveří a oken,
- nakoupíme si potraviny a pitnou vodu na 2–3 dny a společně s cennými věcmi, případně nábytkem a zařízením z přízemí a sklepů přeneseme do vyšších pater domu. Je vhodné si přenést i rádio na baterie, abychom mohli v případě vypnutí elektrické energie sledovat informace o vyvíjející se situaci,

²⁹Povodí Vltavy, státní podnik. *Souhrnná zpráva o povodni v srpnu 2002*. Praha, 2003

³⁰*Katastrofální povodeň v České republice v srpnu 2002*. Praha: Ministerstvo životního prostředí, 2005. ISBN 80-7212-350-5.

- zkontrolujeme, zda máme před účinky zaplavení zabezpečeny chemikálie, jedy a žíraviny tak, aby nedošlo ke kontaminaci vody,
- vlastníme-li osobní automobil, připravíme jej k použití a umístíme jej mimo dosah možného zaplavení,
- upevníme věci, které by mohla odnést voda, a připravíme si evakuační zavazadlo.

Při povodni

- dodržujeme pokyny obecního úřadu. Pokud je neobdržíme a máme-li málo času, okamžitě se přesuneme na vytipované místo, které nebude zaplaveno vodou,
- v případě nařízené evakuace dodržujeme zásady pro opuštění bytu (domu),
- obecně platí, při povodních nechodíme do níže položených míst, které mohou být zatopeny, neprojíždíme již zaplavená místa na kole ani automobilem.

Po povodni

- necháme si zkontrolovat stav obydlí (statickou narušenost, obyvatelnost), rozvody energií (plynu, elektrické energie), stav kanalizace a rozvodů vody,
- podle pokynů hygienika zlikvidujeme uhynulé zvířectvo, potraviny a polní plodiny, které byly zasaženy vodou,
- dokud nejsou prověřeny místní zdroje pitné vody a zajištěna jejich nezávadnost, je nutné odebírat vodu z náhradních zdrojů, například z cisteren, či využít vody balené,
- v postižených obcích budou zřizována místa humanitární pomoci, kde je možné získat základní potraviny, pitnou vodu ale i další pomoc při odstraňování následků povodně,
- nezapomeňme, pokud jsme pojištěni, kontaktovat příslušné pojišťovny ohledně náhrady škod.³¹

³¹KOPECKÝ, M., E. TILCEROVÁ, J. ŠIMAN, M. KOUCKÁ a K. VOPIČKA. *Ochrana obyvatelstva za mimořádných událostí*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci Pedagogická fakulta, 2011

3 PŘÍKLAD MIMOŘÁDNÉ UDÁLOSTI V OBCI Kamýk nad Vltavou

3.1 Popis vybrané oblasti zasažené povodní

Obec, která se vedle mnoha jiných musela v roce 2002 potýkat s povodní, se jmenuje Kamýk nad Vltavou a leží ve středních Čechách v povodí řeky Vltavy. Vltava je se svými 430 km nejdelší řekou České republiky. Pramení na Šumavě u obce Černý Kříž soutokem Teplé Vltavy a Studené Vltavy. Protéká dále například Českým Krumlovem, Českými Budějovicemi a Prahou a ústí zleva do Labe v Mělníku. Jejimi přítoky jsou řeky Malše, Lužnice, Otava, Sázava a Berounka a spolu s nimi Vltava zaujímá jižní část Čech a spolu s Labem, jehož přítokem Vltava je, vytváří systém odvodňující téměř celé Čechy.

Kamýk nad Vltavou se rozléhá na obou březích řeky Vltavy a oba břehy jsou spojeny mostem o délce 110 m. Kdysi byl Kamýk nad Vltavou královským městem, sídlil zde král se svou družinou. V polovině 17. století bylo město zdevastováno velkým požárem a následně morovou nákazou. Nikdy potom již nezískalo svou starou slávu a ani nebylo obnoveno v původní šíři. V okolí města jsou velmi pěkné trasy pro pěší turistiku a cykloturistiku, nedaleko je zřícenina hradu Vrškamýk, která má bohatou historii. Obec má v současné době zhruba 900 stálých obyvatel.

Známost Kamýku nad Vltavou je také díky tomu, že se zde nachází jedno z vodních děl na Vltavě. Jedná se o kamýckou přehradu, která byla vybudovaná současně s vodním dílem Orlík jako jeho vyrovnávací nádrž a která je součástí tzv. Vltavské kaskády. Vodní nádrž Kamýk má délku 10,2 km, objem 12,9 mil. m³ a rozlohu 195 ha. Nádrž dále slouží i k výrobě elektrické energie, odběrům pitné vody, nadlepšování průtoků v řečišti pod hrází, přispívá k ochraně území pod přehradou před velkými vodami a částečně slouží taktéž pro rekreaci, vodní sporty a plavbu. Plnému rekreačnímu využití nádrže však brání fakt, že do Kamýku přitéká z VD Orlík pouze studená, minimálně okysličená spodní voda, takže nádrž je velmi slabě zarybněna a teplota vody v ní dosahuje zřídka nejvýše 18°C. Přehradní těleso je přímé, betonové a tížné, v koruně 184 metrů dlouhé, nad základy vysoké 24,5 metru. Na rozdíl od jiných přehrad Vltavské kaskády nevede přes hráz žádná komunikace. Čtyři korunové přelivy mají každý šířku 18 metrů a mohou převést celkem až 2000 m³ vody za sekundu. Při levém břehu je umístěna hydroelektrárna se čtyřmi Kaplanovými turbínami. Plavební komora, situovaná při pravém břehu, je 35 metrů dlouhá, 6,5 metru

široká a umožňuje plavbu lodím do výtoku až 300 tun. Pro přepravu malých sportovních plavidel je na pravém břehu postavena kolejová dráha s vozíky.³²

V roce 2002, kdy nával vody dosáhl maxima, došlo 13. srpna k otevření přelivů nad koncovou polohu a již během tohoto dne došlo k odstavení všech soustrojí vodní elektrárny vlivem limitních spádových hodnot a provoz vodního díla byl dále zajištěn náhradním zdrojem vodního díla. Další den, 14. srpna v ranních hodinách, byla zajištěna nátrž na pravém břehu pod vodním dílem a sesun břehového opevnění na levé zdi v oblasti výtoku vodní elektrárny, následně toto bylo posouzeno pracovníky Povodí Vltavy. V průběhu povodně byla hlášena porucha vývařiště vodního díla, která se zaměřením vývaru po kulminaci nepotvrdila. Provoz vodní elektrárny byl postupně obnoven v listopadu 2002. Vodní dílo Kamýk prokázalo schopnost převést průtok cca 3.000m³/s při max. dosažené hladině 286,15 m.n.m.

Při zmiňované povodni došlo k obrovským škodám. Celkově se škody na majetku občanů vyšplhaly na nejméně 8,7 milionů korun. Vytopen byl i obecní úřad, základní škola, čistírna odpadních vod, utrpěly také vodní zdroje a čerpací stanice. U těchto pěti objektů škody vyšplhaly na 11 milionů korun. Nad zkázou, kterou za sebou zanechala velká voda, zatínali pěsti také podnikatelé. Nejvíce utrpěla dřevozpracující firma, u níž povodeň nechala žalostný účet deset milionů korun. Firma na kov vyčíslila ztráty na dva miliony, dalším pěti podnikatelským subjektům se stala újma v rozmezí od 120 tisíc až milion korun. Při odstraňování škod pomáhalo 15 hasičských sborů, vojáci z posádky Jince, civilní obrana z Kutné Hory, Věžeňská služba Příbram a hlavně všichni obyvatelé Kamýku nad Vltavou.³³

Zcela zatopena byla silnice vedoucí středem obce, čímž byla obec zcela odříznuta od světa. Problém byl s dodávkou potravin, pošty, s dojížděním do zaměstnání, k lékaři apod. Vážnost situace dokazují fotografie (obrázek č. 1, 2, 3), které se v současné době nacházejí na webových stránkách obce Kamýk nad Vltavou. (příloha II) Tato příloha obsahuje také obrázek bytového domu (obrázek č. 4), který byl v návaznosti na povodeň postaven díky dotacím a do kterého byli přestěhováni někteří občané postižení povodní.

³²Vodní dílo Kamýk [online]. [cit. 2019-06-13]. Dostupné z: <http://www.visitvltava.cz/cz/vodni-dilo-kamyk/26/>

³³Kamýk byl při povodni nejvíce postiženou obcí [online]. [cit. 2019-06-13]. Dostupné z: https://pribramsky.denik.cz/zpravy_region/kamyk-byl-pri-povodni-nejvice-postizenou-obci-20170816.html

3.2 Ochrana obyvatelstva před povodní

Na území obce Kamýk nad Vltavou lze předpokládat potenciální možnost vzniku všech druhů přirozených povodní, avšak s rozdílnou pravděpodobností vzniku jednotlivých typů. Přirozenými povodněmi může být Vltava a její přítoky zasaženy zejména v období jarního tání nebo vlivem déletrvajících srážkové činnosti větší intenzity s velkoplošným zasažením. Povodeň může nastat taktéž v důsledku výskytu lokálních přívalových srážek velké intenzity zejména v letním bouřkovém období na Vápenickém a Zduchovickém potoku. Vápenický potok je levostranným přítokem Vltavy, Zduchovický potok přítokem levostranným. Z tohoto důvodu má obec zpracovaný povodňový plán, s nímž se mohou občané seznámit také prostřednictvím elektronického digitálního portálu. Je průběžně aktualizován. Obsahuje všechny důležité údaje, hlavní zásady, jak se chovat při povodni, jak chránit majetek, způsob vyžádání pomoci a další užitečné rady a doporučení. Je základním dokumentem pro řízení ochrany před povodněmi ve správním území obce. Skládá se ze tří částí, a to z části textové, která se dále dělí na část úvodní, věcnou, a organizační, grafické a příloh. Pro vlastní ochranu před povodní je nejdůležitější organizační část, která obsahuje úkoly pro jednotlivé účastníky ochrany před povodněmi, a přílohová část, obsahující jmenné seznamy, adresy a způsob spojení účastníků ochrany před povodněmi.

Při povodňových situacích může dojít k ohrožení objektů srážkami, zpětným vzdutím, splachy z polí i nefunkční kanalizací. Tyto objekty je nutno varovat, případně evakuovat. Na území obce Kamýk nad Vltavou je při povodni ohrožováno 83 budov, které trvale obývá zhruba 142 obyvatel, z nichž 50 osob je starších 60 let a 1 osoba invalidní. Tyto objekty je nutno varovat, případně evakuovat. V záplavovém území Vltavy se na území obce nachází ČOV, čerpací stanice EuroOil Čepro, "peřárna" Kamýk Daunen s.r.o., plynárenský objekt, průmyslový areál (pila) a obecní sběrný dvůr, které by mohly být při povodni zdrojem ohrožení, (např. vlivem úniku nebezpečných látek či uvolnění většího množství materiálu do vodního toku).³⁴

Obyvatelé a ostatní dotčené osoby na území obce jsou o možnosti nebezpečí vzniku povodně a o I. stupni (stavu bdělosti) informováni hromadnými sdělovacími prostředky, jako jsou televize, rozhlas, internet, ale i cestou sdělení v hlášení místního rozhlasu o nebezpečí povodně, nastalém stavu bdělosti (I. stupeň) a o základních

³⁴ Kamýk nad Vltavou. Povodňový plán obce.: Přirozená povodeň [online]. [cit. 2020-03-06]. Dostupné z: https://www.edpp.cz/kamy_prirozena-povoden

opatření. Předseda povodňové komise obce Kamýk nad Vltavou vyhlásí stav pohotovosti a stav ohrožení pro území obce Kamýk nad Vltavou v případě, že nastanou podmínky pro jeho vyhlášení. Obyvatelé a ostatní dotčené osoby na území obce jsou o vyhlášení stavu pohotovosti (II stupeň) a stavu ohrožení (III. stupeň) informováni a varováni pomocí:

- Spuštění sirény - varovný signál "všeobecná výstraha" s doplněním verbální informace („nebezpečí zátopové vlny“).
- Informace v místním rozhlase, s upřesněním ohrožení a základních opatření osobám na území obce. Předseda povodňové komise tak může operativně udílet pokyny obyvatelům a dalším osobám v ohroženém území ke zvládnutí povodně, povodňová komise má stanoviště na obecním úřadu.
- Megafon.
- SMS.
- Telefonát.
- Mobilní či pěší spojku.
- Další způsoby (např. zveřejnění na úřední desce - jako duplicitní, doplňková varianta, hromadné sdělovací prostředky).

Varování provádí povodňový orgán obce Kamýk nad Vltavou (jiná osoba pověřená předsedou povodňové komise), případně HZS, povodňová komise ORP Příbram, Policie ČR, případně jiný orgán.

Pokud je nutno stanovit časové pořadí při varování a informování obyvatelstva, je doporučeno toto pořadí:

- bezprostředně ohrožené obyvatelstvo.
- majitelé nemovitostí, provozů, skladů, vedoucí institucí v záplavovém území a území ohroženém povodněmi.
- ostatní (všeobecná informace).³⁵

Důležitou informací, se kterou by lidé žijící v domech ohrožených povodněmi měli být seznámeni, je příprava evakuačního zavazadla. Jedná se o batoh, kufr nebo tašku s věcmi, které jsou nezbytné pro přechodné opuštění domova, které lze v okamžiku evakuace odhadnout na více než jeden den. Pokud dojde k takovému druhu ohrožení, kdy je nutné na více než jeden den opustit domácnost, je třeba si připravit evakuační zavazadlo pro sebe i ostatní členy domácnosti. Platí zásada, že každá osoba

³⁵ Kamýk nad Vltavou.: *Povodňový plán obce* [online]. [cit. 2020-03-06]. Dostupné z: <https://www.edpp.cz/povodnovy-plan/kamyk-nad-vltavou>

by měla mít jen jedno zavazadlo (dospělí do 25 kg, děti do 10 kg), ideální je kufr na kolečkách z důvodu dobré skladnosti či snadné manipulace.

Pro snadnější zapamatování lze obsah zavazadla rozčlenit do několika logických skupin:

1. skupina: jídlo, pití a nádobí

Patří sem zejména trvanlivé a dobře zabalené potraviny, pitná voda, to vše na 2-3 dny pro každého člena domácnosti, hrnek nebo miska, příbor a otvírák na konzervy.

2. skupina: cennosti a dokumenty

Řadíme sem osobní dokumenty, což je rodný list, občanský průkaz, cestovní pas, kartu zdravotní pojišťovny a další důležité dokumenty, jako jsou pojistné smlouvy, stavební spoření, vysvědčení, také peníze v hotovosti a platební karty.

3. skupina: léky a hygiena

Ve třetí skupině nesmí chybět především pravidelně užívané léky nebo zdravotní pomůcky, případně také vitamíny a běžné doplňky stravy. Důležité jsou i běžné hygienické potřeby v přiměřeném množství.

4. skupina: oblečení a vybavení pro přespání

Zahrnuje oblečení odpovídající danému ročnímu období, náhradní prádlo a obuv, spací pytel, karimatku, pláštěnku nebo deštník.

5. skupina: přístroje, nástroje a zábava

V páté skupině je důležitý především mobilní telefon s nabíječkou, rádio s nabíječkou nebo bateriemi, svítilna, zavírací nůž, šití, psací potřeby a dále předměty pro vyplnění volného času - knihy, hračky pro děti, společenské hry.

Každé zavazadlo by mělo být opatřeno cedulkou se jménem, adresou a číslem mobilního telefonu majitele. Cedulku se jménem a adresou dejte do kapsy i malým dětem.³⁶

3.3 Případové studie

Pro tuto kapitolu bakalářské práce bylo autorkou práce zpracováno několik krátkých příběhů kamýckých občanů, kteří mají osobní zkušenost s mimořádnou událostí v roce 2002. Tyto občany autorka práce oslovila a domluvila s nimi spolupráci

³⁶Povodňový plán obce Kamýk nad Vltavou [online]. 2016 [cit. 2019-06-13]. Dostupné z: <https://www.edpp.cz/povodnovy-plan/kamyk-nad-vltavou>

při sdělení vlastních zkušeností s povodní. Některé občany autorka osobně navštívila, jiní sdělili své informace pomocí internetu. Toto autorčino vlastní šetření bylo výstupem k následujícím odstavcům práce.

Paní H.

Spolu s dospívající dcerou žila v nájemním obecním bytě ve starším domě na levém břehu Vltavy. Dům byl povodní zasažen, nájemníci byli evakuováni do tělocvičny místní základní školy. Škola se bohužel nachází také v blízkosti řeky, takže byla i evakuace ohrožena. Po opadnutí vody se občané zmiňovaných obecních bytů domů vrátili, byty byly ale ve velice špatném stavu. Někteří nájemníci se přesto rozhodli setrvat a byty vysušit a později opravit. Paní H., jejíž byt se nacházel v přízemí a byl tedy vodou hodně poničen, získala od obecního úřadu ihned náhradní byt. Po dokončení nového bytového domu, určeného a postaveného pro lidi zasažené povodní, se odstěhovala do jednoho z těchto nově postavených bytů.

Pan F.

V době povodně žil se svou manželkou na pravém břehu Vltavy v bytě u fotbalového hřiště, působil jako správce. Informace o tom, jak velké škody napáchala voda na hřišti i obydlí pana F. přináší kamýcký fotbalový oddíl:

„V srpnu r. 2002 přišla pro kamýcký fotbal asi největší rána. Srpnové ničivé povodně zlikvidovaly kamýcký fotbalový stánek. Záplavová voda na hřišti dosáhla výšky pěti metrů a trvalo celý týden, než se podařilo dobrovolným hasičským sborům vodu odčerpát. Totálně zničeno bylo nejen vlastní hřiště, ale i šatny, tribuna, byt správce a okolní prostory. SOKOL však ani tentokrát nerezignoval. Důsledností a obětavou prací svých činovníků a hráčů, za finančního přispění státních institucí, OV Kamýk nad Vltavou a rovněž s přispěním OVČSTV i finančních darů sousedských fotbalových oddílů se podařilo obnovit a zmodernizovat fotbalový stadion, který rozhodně patří mezi ty lepší na okrese Příbram.“ [Obec Kamýk nad Vltavou.: Sokol [online]. [cit. 2020-03-06]. Dostupné z: <https://www.obeckamyk.cz/index.php/sokol-75>]

Byt správce byl díky povodni zcela neobyvatelný, obecní úřad manžele tedy přestěhoval do školního bytu, nacházející se v budově základní školy. U manželky pana F. došlo po povodni ke zhoršení zdravotnímu stavu, především psychického rázu, s psychickými problémy paní bojovala již několik let po smrti malé dcery.

Paní M.

Díky povodni se paní M. rozhodla ukončit provoz obchodu při hlavní silnici ve středu obce. Prostory obchodu měla v pronájmu, zboží bylo zničeno, paní M. uvádí, že řešila, zda má cenu pokračovat v provozování živnosti nebo její činnost ukončit. Bylo totiž zcela jasné, že by vlastně začínala od začátku. Škoda vyšplhala na 120 000 Kč a paní M. provozování potravin ukončila. V současné době pracuje jako vedoucí místního obchodu COOP Jednota, o kterém je vhodné uvést, že i tento obchod díky povodni v roce 2002 řešil obrovské ztráty, škoda zde dosáhla až 1 000 000 Kč.

Manželé H.

Dům na pravém břehu Vltavy si koupili v roce 1999. O tři roky déle přišla zmiňovaná povodeň. Rodina měla v té době malého postiženého imobilního syna, což zejména kvůli evakuaci přinášelo zásadní problém. Střechu nad hlavou přinesla rodině manželova sestra, která vlastní dům na jiném místě v Kamýku nad Vltavou, a sice místě, kam se naštěstí voda nedostane. Po opadnutí vody rodině přinesla velkou pomoc vojenská posádka, vojáci pomáhali především s úklidem. Hned jak to bylo možné, rodina i se synem se do domu vrátila. V rámci oprav promáčeného domu manželé přistavili verandu, dnes se na době skví nová fasáda, a jak říkají, doufají, že něco podobného je již nepotká. Dva roky po povodni se jim narodila ještě dcera, smutnou událostí je fakt, že syn svému postižení před několika lety v dětském věku podlehl.

Pan R.

Pan R. byl majitelem domu v těsné blízkosti řeky Vltavy na pravém břehu. Když voda udeřila v plné síle, voda do domu tekla i okny, a to proto, že je postaven pod úrovní silnice. Po opadnutí vody pan R. dům dlouho rekonstruoval a nakonec se rozhodl ho stejně prodat. Možná i ze strachu před další velkou vodou si koupil pozemek na kopci nad Kamýkem nad Vltavou, postavil zde dům, oženil se a dnes se svou manželkou vychovávají dvě dcery. Uvádí také, že vzhledem k tomu, že byl dům hodně poničen díky povodni a stojí v záplavové oblasti, dlouho ho nemohl prodat a když se tak stalo, prodal se hodně pod cenou. Noví majitelé se však nakonec našli, dnes zde bydlí již přes deset let.

4 VÝZKUM A ZPRACOVÁNÍ ZÍSKANÝCH INFORMACÍ

Realizace průzkumu v praktické části bakalářské práce byla prováděna osobně autorkou bakalářské práce. Pro výzkumné šetření a získání potřebných informací v této práci posloužil dotazník. (příloha I) Ten byl rozdán do dvaceti pěti kamýckých domácností, kterých se dotkla povodeň v roce 2002 různou intenzitou. Dotazník byl vytvořený autorkou práce přímo pro účel průzkumu praktické části bakalářské práce. Vytipovaným občanům či domácnostem bylo dvacet pět dotazníků rozdáno samotnou autorkou bakalářské práce nebo zasláno pomocí mailových adres. Tyto dotazníky byly navraceny autorce bakalářské práce většinou ihned po jejich vyplnění, pro některé dotazníky se autorka bakalářské práce vracela zpět k respondentům. Návratnost sice nebyla 100 %, činila 80 %, přesto se autorka práce nepotýkala s neochotou při spolupráci kamýckých občanů.

Prováděné šetření bylo vzhledem k rozsahu bakalářské práce a po domluvě s vedoucím práce zaměřeno na obec Kamýk nad Vltavou. V obci Kamýk nad Vltavou žije 930 obyvatel. Jejich obydlí jsou umístěna na obou březích řeky Vltavy. Cílovou skupinou dotazníkového šetření byli obyvatelé obce, žijící na obou březích řeky Vltavy, ať již v centru obce, či na jeho okrajích. Nerozhodoval jejich pohlaví, věk, délka života v obci, zaměstnání apod., nicméně autorka práce ví, že jejich dům byl poničen v době povodní a to proto, že se nachází v bezprostřední blízkosti řeky. Počet otázek v dotazníku pro obyvatele Kamýku nad Vltavou byl 16, 10 otázek obsahuje možnost odpovědi ano – ne, jedná se tedy o uzavřené otázky, dalších 6 otázek má možnost širšího výběru odpovědi. Otázky se zaměřovaly na informace, týkající se prožité mimořádné události v roce 2002.

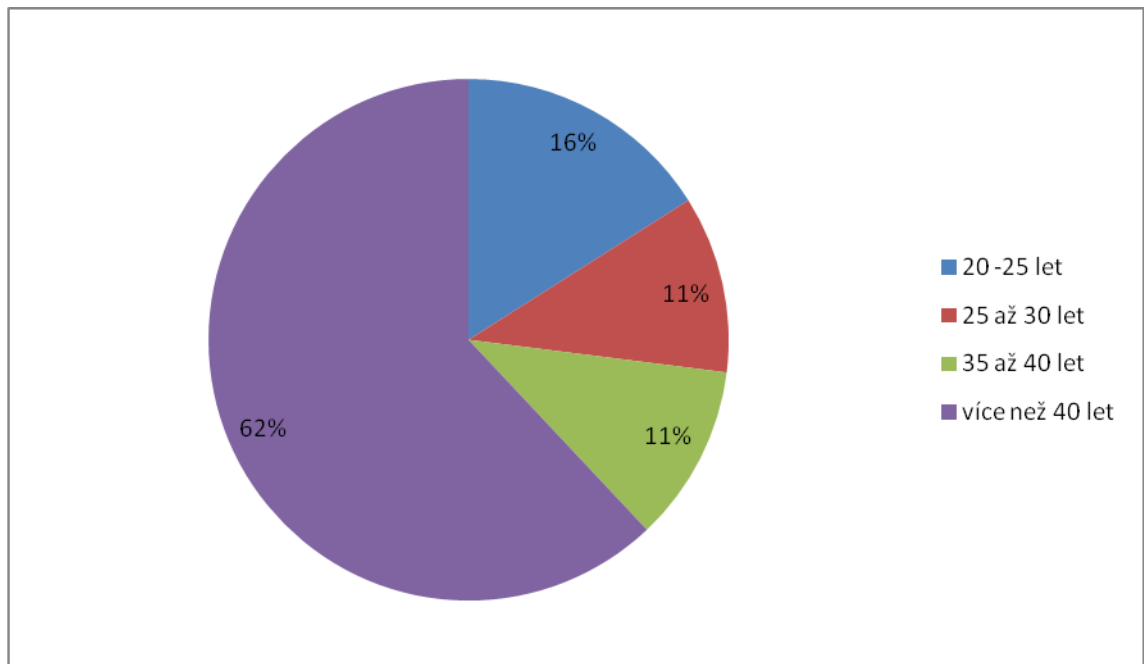
Jako nejdůležitější vnímala autorka bakalářské práce odpovědi na otázky nacházející se v druhé polovině dotazníku. Jedná se o otázky zjišťující, zda se díky prožité mimořádné události potýkali s psychickou újmou, jakého druhu tato újma byla a jestli byli nuceni vyhledat lékařskou pomoc. Stejně tak důležitou se jevila otázka následující, která zjišťuje, jakou strategii či techniku zvládnání stresu by si obyvatelé Kamýku nad Vltavou sami zvolili pro odstranění či zmírnění svých obtíží. V závěru dotazníku se vyskytují otázky zaměřené na ochranu obyvatel před mimořádnou událostí, tedy, zda obyvatelé Kamýku nad Vltavou vědí, že obec má vypracovaný povodňový plán a sami se s ním seznámili. Rovněž je v dotazníku obsažena otázka zaměřující se na to, jakým způsobem nyní občané zmiňované obce získávají informace o blížícím se

podobném nebezpečí, jako byla právě povodeň v roce 2002. Získané odpovědi z dotazníku jsou zpracovány a prezentovány pomocí výsečových grafů.

5 VÝSLEDKY DOTAZNÍKOVÉHO ŠETŘENÍ

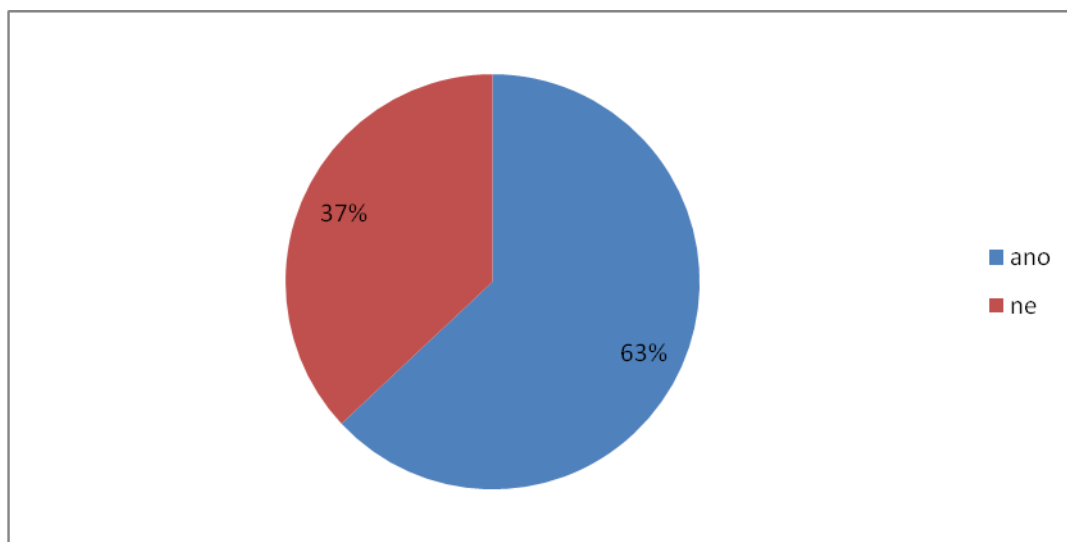
V této kapitole jsou podrobně zpracované jednotlivé odpovědi dotazníku. Pro lepší představuje zde použito grafické znázornění, jednotlivé výsledky jsou uváděny v procentech.

Graf č. 1 Jak dlouho v obci Kamýk nad Vltavou bydlíte?



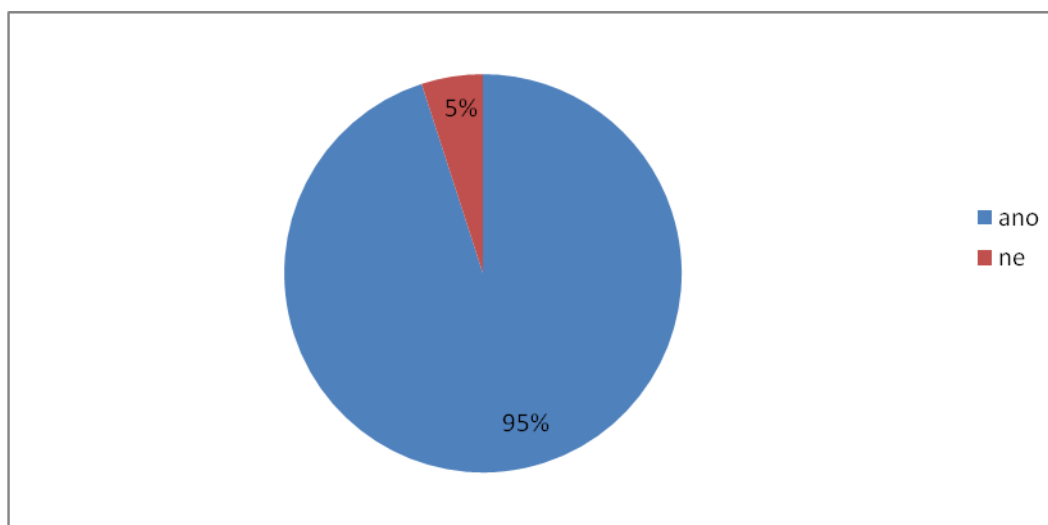
Graf č. 1 znázorňuje rozložení respondentů dle doby pobytu v obci Kamýk nad Vltavou. Největší část, celých 62 %, představují kamýčtí obyvatelé žijící v obci více než 40 let, shodně s 11 % tvoří část výšeče obyvatelé žijící v obci 25 až 30 let a 35 až 40 let, mírnou převahu nad nimi má první položka, týkající se bydlení v obci 20 -25 let, jedná se o 16 %.

Graf č. 2 Domníváte se, že je obec Kamýk nad Vltavou více ohrožena vznikem mimořádné události, jakou je povodeň, než jiné obce v povodí Vltavy?



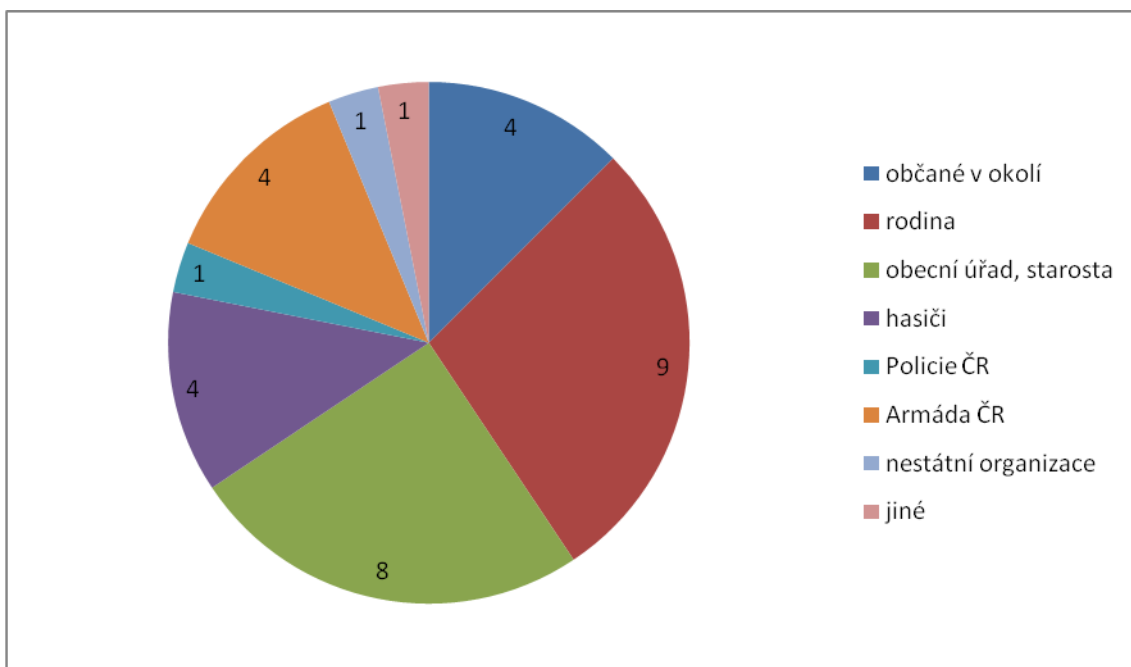
Z grafu č. 2 je patrné, že si větší část lidí myslí, že je jejich obec více ohrožena povodní, než další obce v povodí řeky Vltavy. Jedná se o 63 % obyvatel.

Graf č. 3 V roce 2002 byl Váš dům zasažen povodní, byli jste nuceni z tohoto důvodu být evakuován/a?



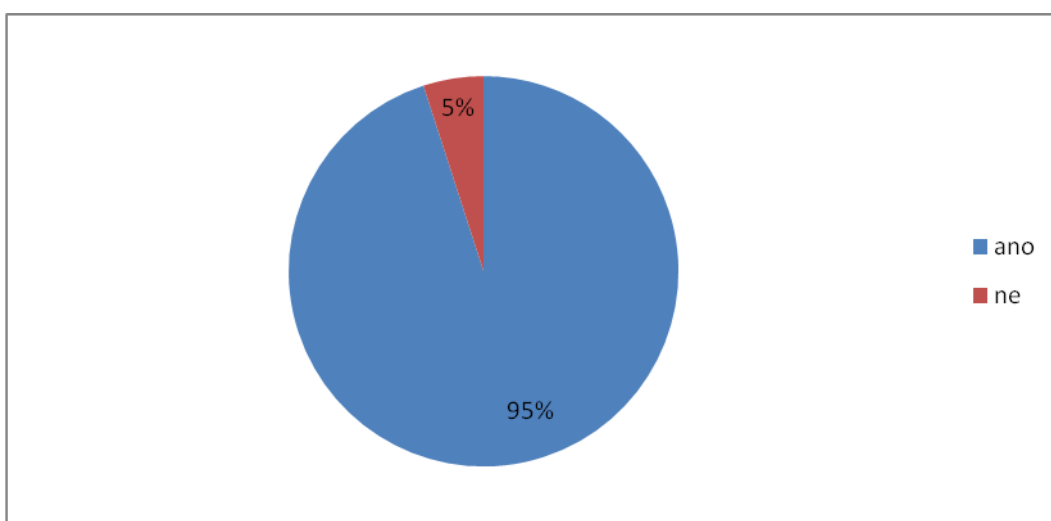
Tazatelé uvádí historickou zkušenost evakuace v 95 %.

Graf č. 4 Pokud jste byli evakuováni, kdo Vám poskytl pomoc?



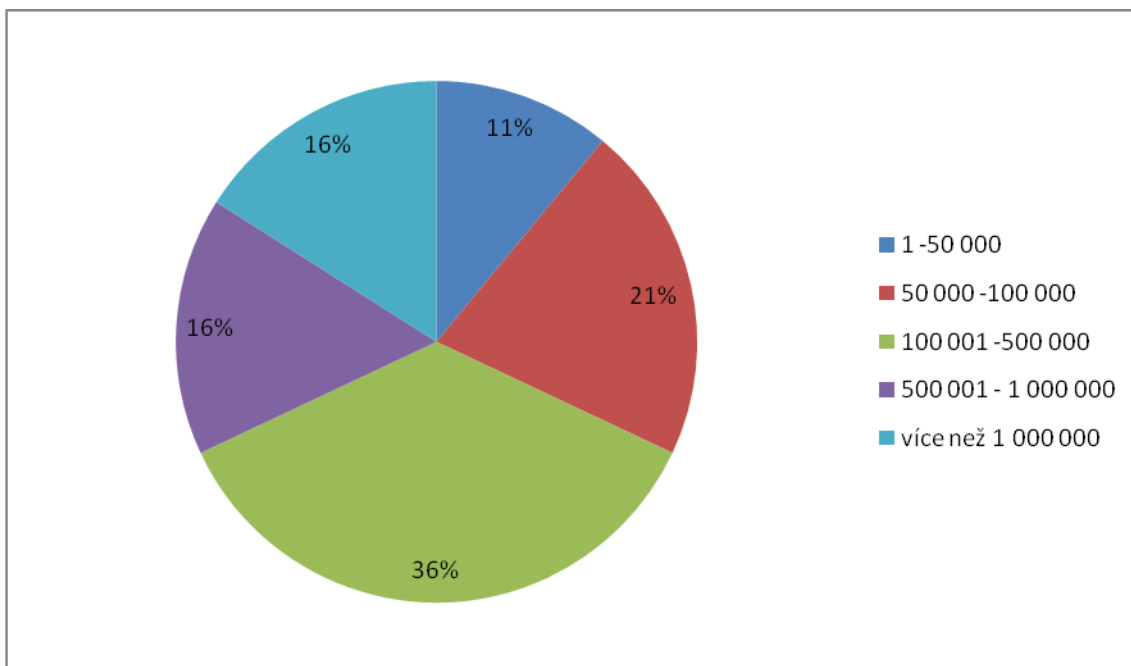
Jednotlivé výšeče grafu č. 4 nejsou udávány v procentech, ale vyjadřují, kolik počet evakuovaných obyvatel uvedlo pomoc od konkrétní organizace, občanů apod. Například pomoc od obecního úřadu obdrželo 8 evakuovaných obyvatel.

Graf č. 5 Způsobila Vám povodeň újmu na majetku?



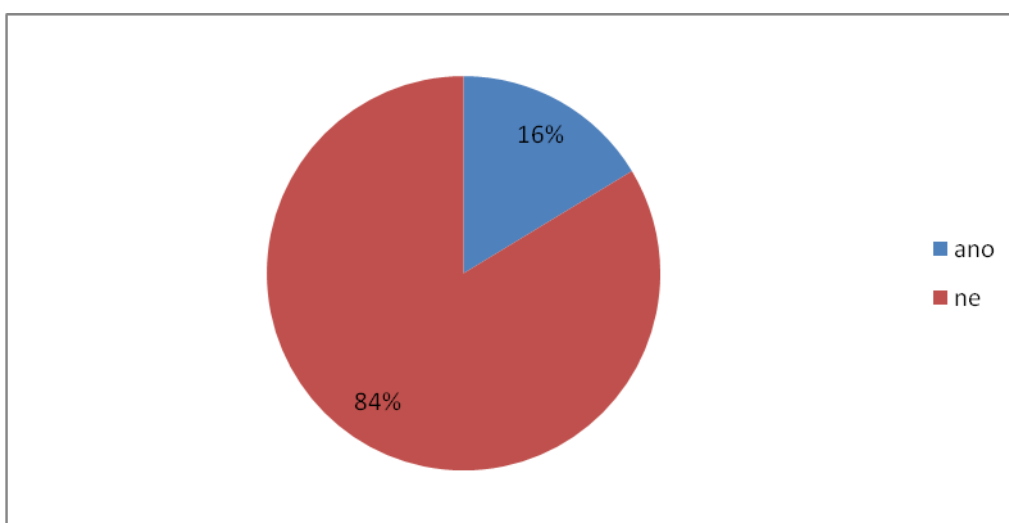
Z grafu č. 5 je patrné, že újmu na majetku vlivem povodně utrpělo 95 % dotazovaných.

Graf č. 6 Pokud ano, jaké finanční škody jste utrpěli (v Kč)?



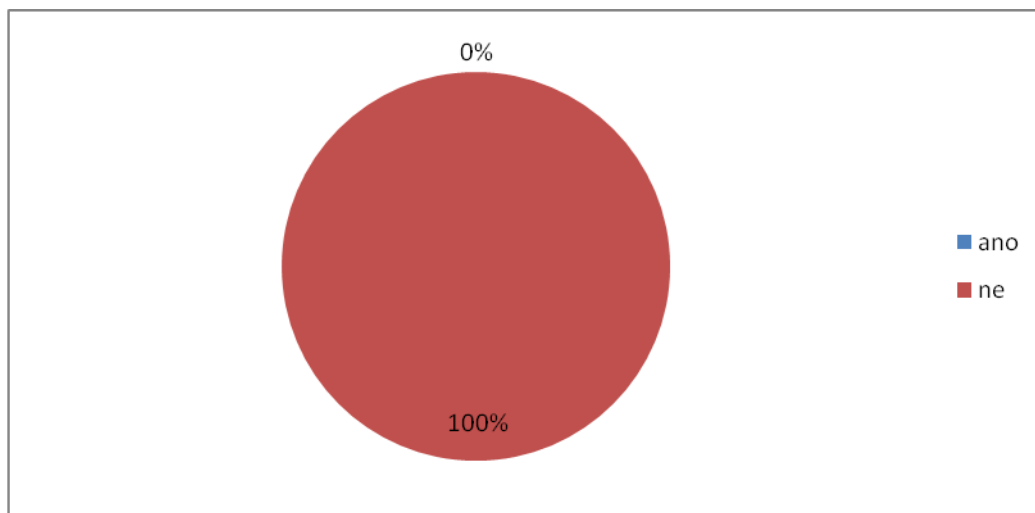
Graf č. 6 znázorňuje v procentech, jaké finanční škody se jednotliví obyvatelé díky povodni na své nemovitosti dočkali. Největší část výšeče tvoří škody na majetku pohybující se od 100 000 Kč do 500 000 Kč.

Graf č. 7 Způsobila Vám povodeň újmu na Vašem fyzickém zdraví nebo dokonce na životě Vašem či Vašich blízkých?



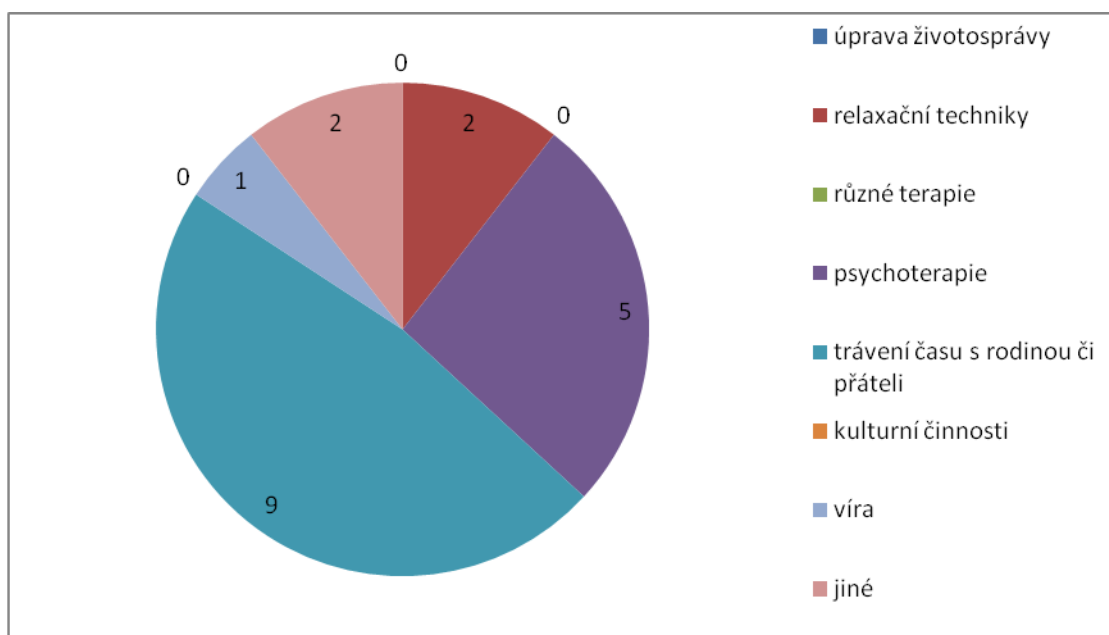
Z grafu č. 7 je patrné, že v 16 % se obyvatelé, postižení povodní museli potýkat s újmou, týkající se fyzického zdraví svého nebo někoho blízkého.

Graf č. 8 Mluvil s Vámi během mimořádné události někdo o zvládnání vlastního stresu a možné psychosociální podpoře pro Vás nebo Vaše blízké?



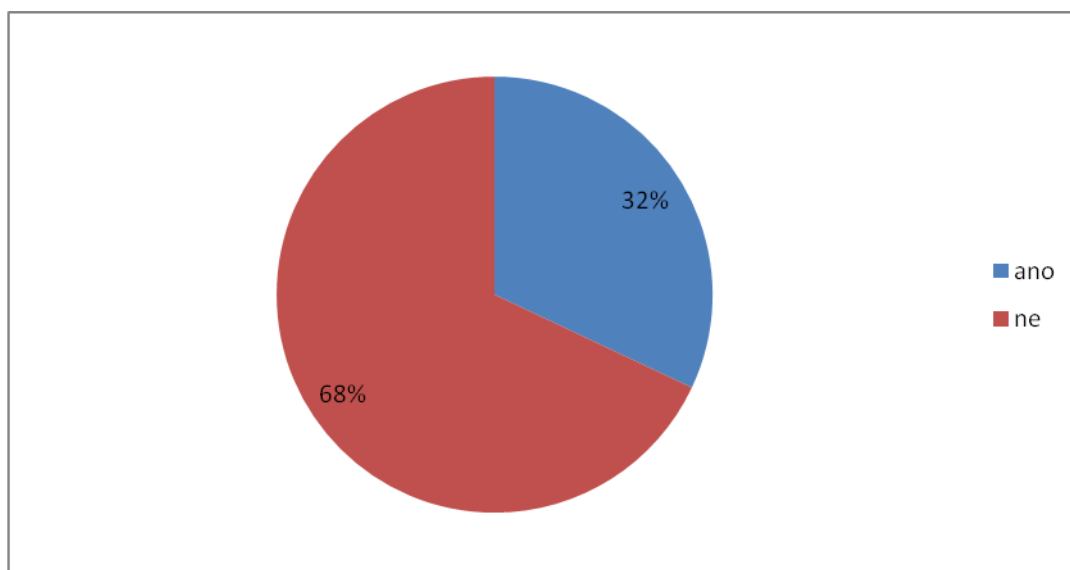
Graf č. 8 přináší informaci, že nikomu z obyvatel, postižených povodním, nebyly poskytnuty informace o možnosti psychosociální podpory.

Graf č. 9 Jakou strategii či techniku zvládnání stresu byste si v případě potřeby vybrali?



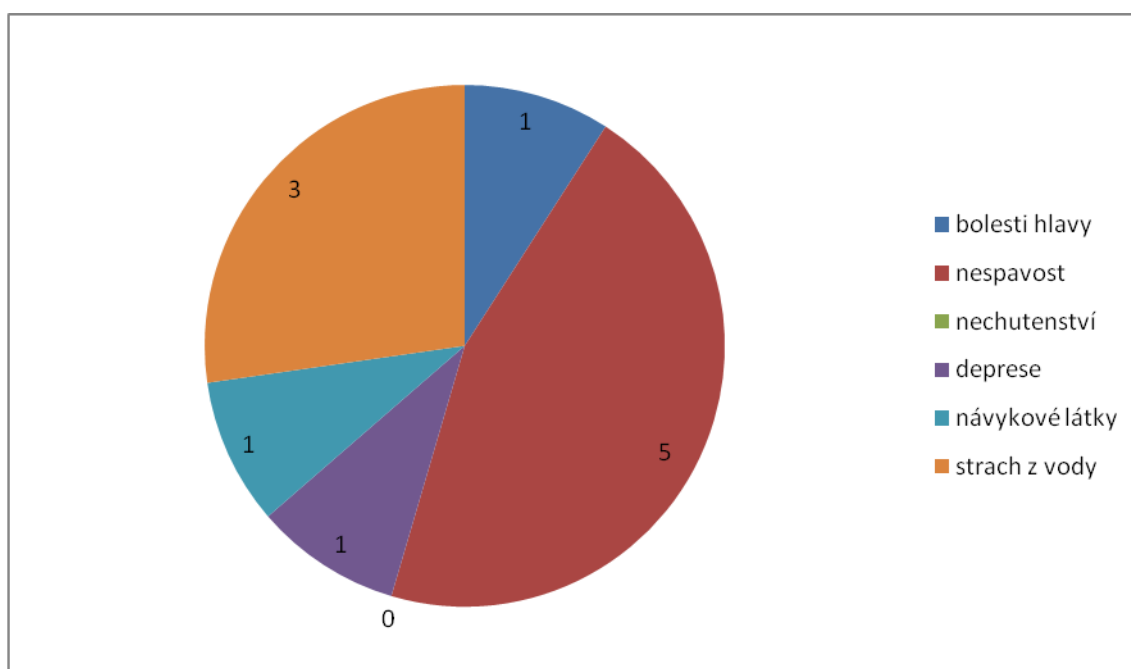
Graf č. 9 uvádí v jednotlivých výsečích počet obyvatel, kteří by si v případě potřeby vybrali danou strategii či aktivitu jako techniku zvládnání stresu. Největší počet obyvatel by jako prevenci zvládnání stresu zvolil trávení času s rodinou či přáteli.

Graf č. 10 Vznikly u Vás nebo jiného člena rodiny nějaké psychické poruchy jako následek povodně v roce 2002?



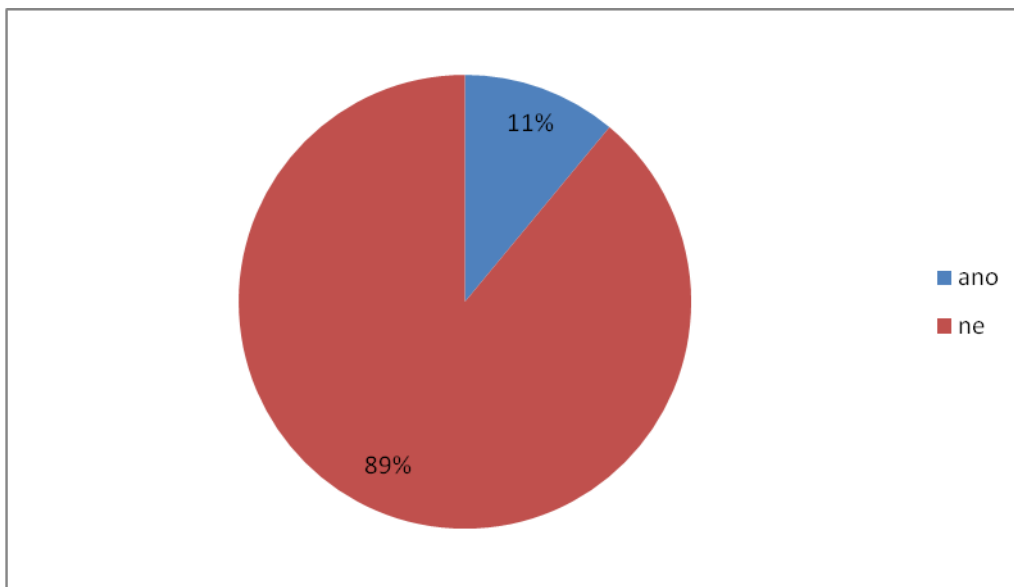
Graf č. 10 přináší informaci, že 32 % díky povodni utrpělo psychickou újmu.

Graf č. 11 Pokud ano, jaké poruchy to byly?



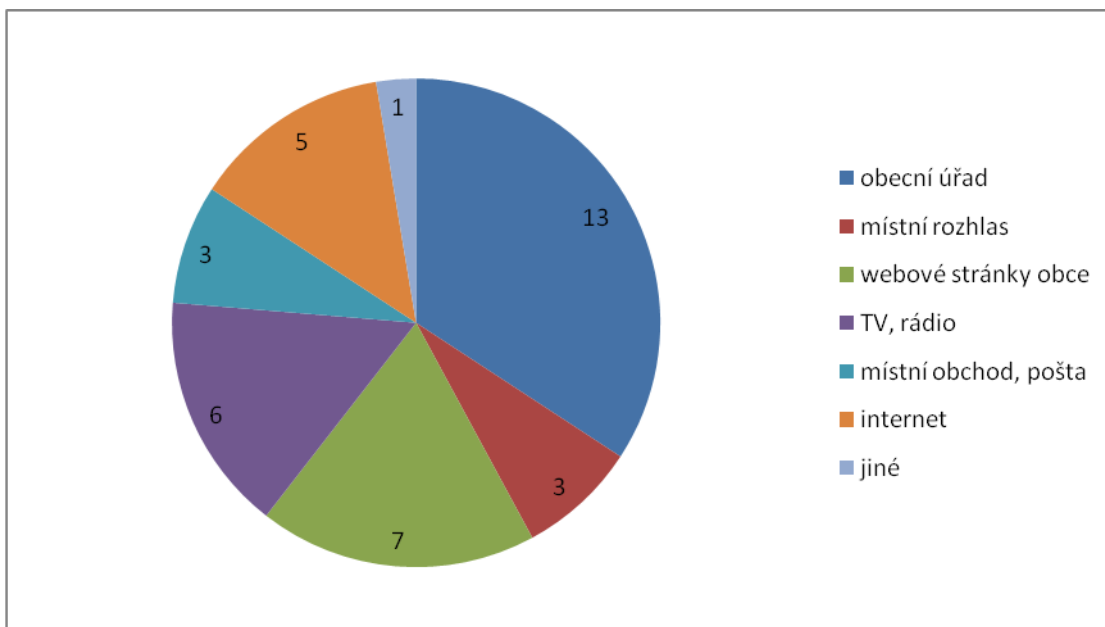
Z grafu č. 11 je patrné, že například 5 obyvatel trpělo po povodni nespavostí, další 3 obyvatelé mají strach z vody a další.

Graf č. 12 Byli jste nuceni navštívit kvůli těmto potížím lékaře, brát léky, být hospitalizováni nebo podstoupit psychoterapii?



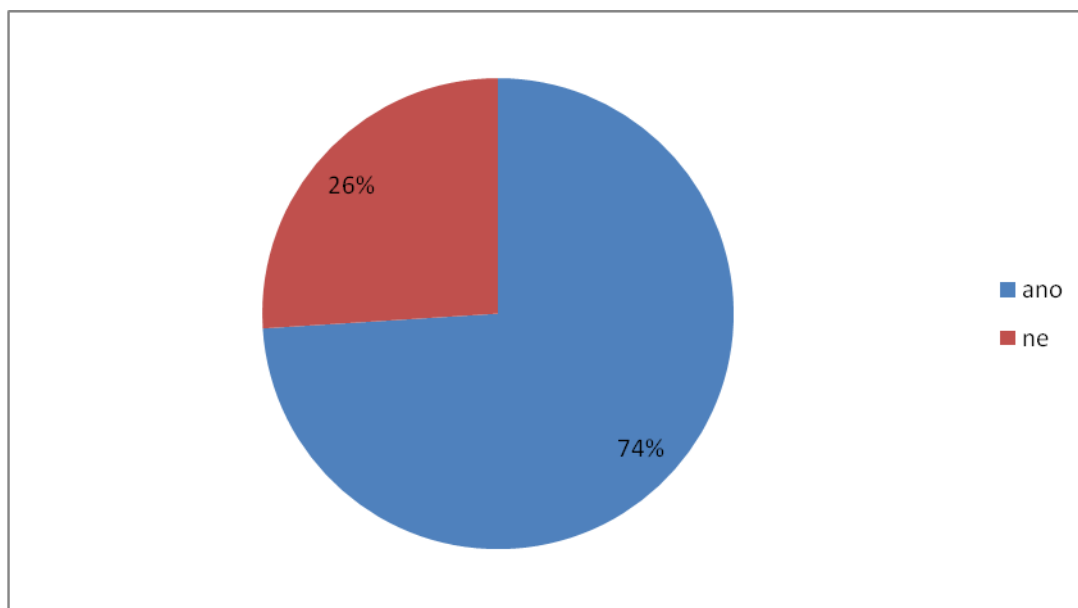
Graf č. 12 udává informace, že 11 % obyvatel bylo nuceno po povodni vyhledat lékaře, případně brát léky, u 89 % lidí tomu tak nebylo.

Graf č. 13 Odkud v současné době získáváte informace o ochraně obyvatelstva při vzniku mimořádné události v obci Kamýk nad Vltavou?



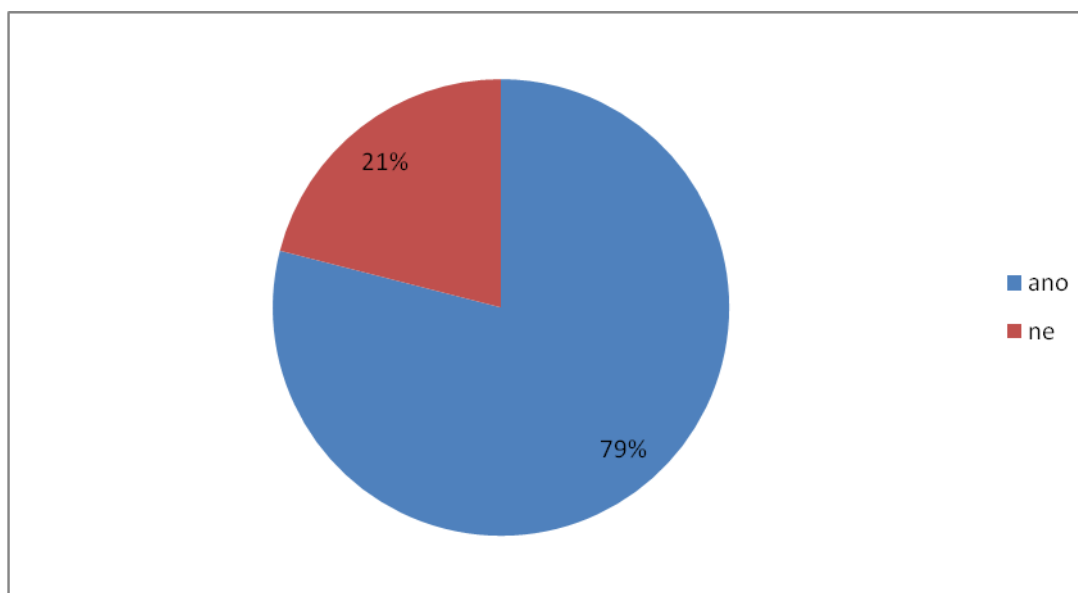
Jednotlivé výšeče grafu č. 13 uvádí počet obyvatel, kteří se v současné době informují o riziku povodní či tímto způsobem získávají další potřebné informace o stavu řeky Vltavy. V položce jiné uvádí 1 člověk, že informace vyhledává telefonicky na Povodí Vltavy, které v Kamýku nad Vltavou sídlí.

Graf č. 14 Máte pojištěnou svou domácnost proti živelným pohromám, jako je právě povodeň?



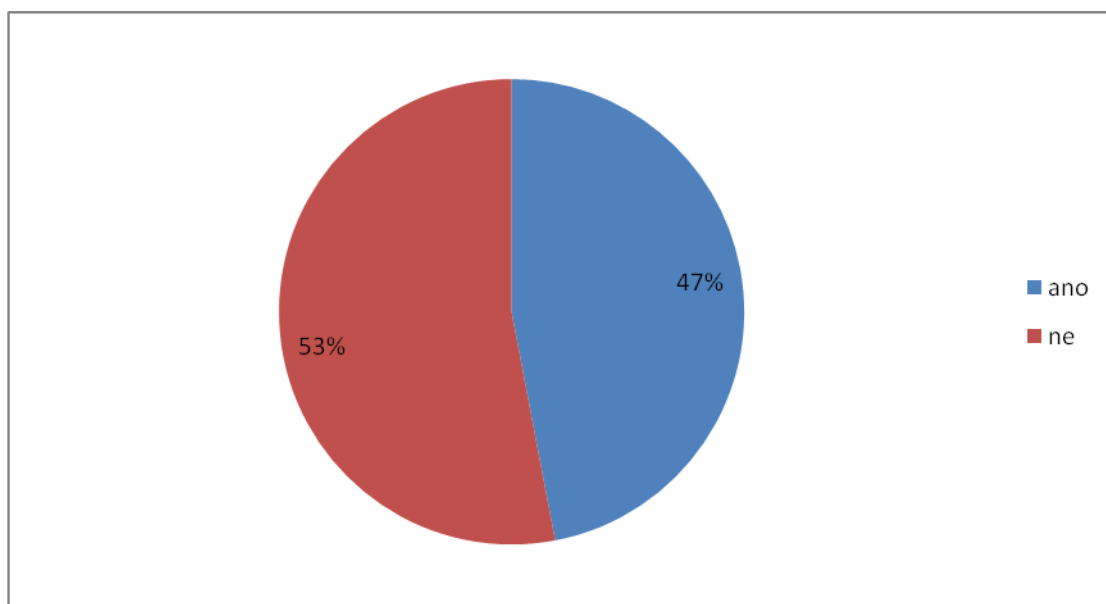
Z grafu č. 14 je patrné, že větší část obyvatel, celých 74 %, má v současné době pojištěnou svoji domácnost proti povodni.

Graf č. 15 Víte o tom, že má obec Kamýk nad Vltavou vytvořený povodňový plán obce s důležitými informacemi?



Graf č. 15 informuje o tom, že větší část tazatelů, 79 %, ví, že Obec Kamýk nad Vltavou má vypracovaný povodňový plán obce.

Graf č. 16 Pokud ano, seznámili jste se s ním?



Výšeče grafu č. 16 jsou hodně vyrovnané, 53 % obyvatel se seznámilo s povodňovým plánem obce, 47 % nikoli.

6 DISKUZE

Tato kapitola přinesla odpovědi na několik otázek. Při zkoumání dopadu na život obyvatel postižených povodní autorka práce zjistila, že povodeň měla dle očekávání velký vliv na jejich život. Ze všech tazatelů, kteří dotazník vyplňovali, museli být všichni postižení občané kromě jednoho evakuováni. Všichni respondenti utrpěli ztrátu finanční, což se vzhledem k situaci zdá zcela logické. Povodně jsou živelní katastrofou a jejich ničivá, drtivá a bezohledná síla je schopna strhávat domy, ploty, zaplavovat vše, co jim stojí v cestě a ubližovat jak fyzicky, tak i psychicky. Jak moc bylo lidem, potýkající se s povodní ublíženo, bylo dalším předmětem zkoumání autorky.

Autorka práce z dotazníků zjistila, že prožitá mimořádná událost se u nich odrazila na fyzickém i psychickém zdraví. Zdálo by se, že počet obyvatel, kteří uvedli problémy v rovině fyzického stavu a kterých je 16 %, je počet velice malý. Rovněž se může zdát, že 32 % obyvatel, kteří se museli vlivem povodně potýkat s psychickou újmou, není velký. Nicméně obě čísla jsou důkazem toho, že povodeň zamíchala životy i zdravím lidí a přinesla jim chvíle neštěstí, strachu, stresu a problémů, které museli řešit. V návaznosti na tyto zjištěné informace se nabízí otázka, zjišťující, zda se lidé vlivem svých problémů rozhodli vyhledat pomoc. Informace, že 11 % obyvatel bylo nuceno po povodni vyhledat lékaře, případně brát léky, není pro autorku práce překvapivá, podobné odpovědi na konkrétní otázku autorka práce očekávala. Co ale přijde autorce práce zcela neakceptující je to, že ani jednomu postiženému obyvatele nebyla nabídnuta podpora v rovině psychosociální. Tuto pomoc by v České republice měly poskytovat složky integrovaného záchranného systému, kam řadíme zejména Hasičský záchranný sbor ČR, zdravotnickou záchrannou službu kraje a Policii ČR a jednotky PO zařazené do plošného pokrytí kraje jednotkami PO. Zmiňované složky přitom postiženým obyvatelům během povodně pomáhaly, o psychosociální pomoci se ale dle odpovědí občanů nezmiňovaly ani ji nenabízely. Psychosociální pomoc poskytují dále neziskové organizace a také psychosociální intervenční týmy, které sdružují sociální pracovníky, psychology, psychiatry, psychosociální pomoc ale může poskytovat například i duchovní, tedy kněz. Všichni, kteří psychosociální pomoc při mimořádných událostech vykonávají, by však měli být profesionály a s tímto typem pomoci by již měli mít určité zkušenosti.

Pojem „psychosociální“ zahrnuje pomoc v oblasti psychiky, mimořádná událost totiž zasahuje nejen pocity a prožívání jedince, ale také jeho chování a myšlení.

V případě sociálním neboli společenském se jedná například o to, aby se člověk vyrovnal se vzniklou situací, díky níž musí například opustit svůj domov, řešit situaci finanční, materiální a tak podobně. Z těchto důvodů autorku práce zajímalo, jakou formu strategie či pomoci by si lidé vybrali jako pomoc či podporu. Z velké části by si lidé jako prevenci zvládnání stresu zvolili trávení času s rodinou či přáteli, dále se v odpovědích objevilo například využití psychoterapie či relaxačních technik.

Závěrečné otázky práce autorka zaměřila na zjištění, zda lidé, kteří se s povodní na vlastní kůži setkali, mají svoje obydlí proti živelným pohromám pojištěno. Zcela jistě se dalo předpokládat, že pojištění svého obydlí má 100 % dotazovaných. O to překvapivější bylo, že tomu tak není, a že 26 % obyvatel svoji nemovitost pojištěnou nemá, i přesto, že v roce 2002 při povodni utrpělo finanční ztrátu. Rovněž je vhodné poukázat na to, že se skoro polovina dotazovaných neseznámila s povodňovým plánem Obce Kamýk nad Vltavou.

ZÁVĚR

Mimořádné události je pojem velmi široký a zahrnuje mnoho různorodých událostí, které mohou být ohrožující a mohou mít, a často také bohužel mají, tragické důsledky.

Povodeň v srpnu 2002 byla jednou z největších přírodních pohrom na území České republiky za několik posledních staletí. Postihla zejména povodí Vltavy a tok Labe pod ústím Vltavy. Byla zatěžkávací zkouškou i pro všechna vodní díla v postižených oblastech. Po skončení povodně proběhly detailní prohlídky vodních děl a byly zjištěny určité provozní závady, které povodeň způsobila a které byly ihned odstraněny a napraveny.

Bakalářská práce byla zaměřena na charakteristiku mimořádných událostí a díky tomu vznikajícímu stresu. Dále bylo jejím cílem zjistit, jaký vliv měla mimořádná událost na jejich další život a v neposlední řadě sledovala problematiku krizové intervence a především to, zda byli lidem, zasaženými povodní nabídnuta či poskytnuta.

Vytyčené cíle bakalářské práce byly zcela naplněny, byly vhodně rozděleny a popsány mimořádné události, obsahem práce byla také kapitola zaměřující se na dopady mimořádných událostí, zvládnání stresu a krizovou intervenci. Podrobnější informace přinesla práce o povodni, jako mimořádné události a to konkrétně povodni v roce 2002.

Dále byla podrobněji konkretizována oblast, obec a obyvatelé obce, kteří se potýkali v roce 2002 s povodní a různými způsoby ji poté byli nuceni řešit. Dotazníky, které byly těmto lidem rozdány, zmapovaly situaci těchto lidí a především přinesly informace o tom, jak se tito obyvatelé obce s povodní vyrovnali, kdo jim poskytl pomoc a jaký vliv měla tato mimořádná událost na jejich fyzické i psychické zdraví.

Závěrem si položíme otázku, zda se lze na mimořádnou událost, jakou je povodeň, připravit. Každá mimořádná situace vyžaduje provedení rychlých a rozvážených záchranných prací. Zvládnutí této náročné situace vyžaduje, abychom byli schopni na vznik mimořádné události adekvátně reagovat. Připravený člověk po stránce teoretické a praktické bude daleko lépe překonávat náročnou psychickou a fyzickou situaci, nezpůsobí zhoršení situace, zmatek či nebude stěžovat práci příslušníkům Integrovaného záchranného systému. Je tedy v zájmu bezpečnosti lidské společnosti, aby každý z nás zodpovědně přistupoval k prevenci rizik mimořádných událostí, byl důsledně a včas připraven na mimořádnou událost a měl povědomí o správném jednání v okamžiku, kdy k mimořádné události neodvratně dojde. Ačkoliv průběh většiny

mimořádných událostí nemusí být plně pod kontrolou člověka, ničivé následky mohou být minimalizovány účinnými opatřeními a připraveností záchranných složek i občanů.

Tato práce by mohla být nápomocna všem, kteří se s mimořádnými událostmi a zejména povodní setkali. Zároveň by mohla přinést informace pro ty, kteří vydávají pokyny, jak se správně chovat v mimořádných situacích. Měla by jim přinést zamyšlení v tom smyslu, zda si běžný občan zafixuje dostatečně informace vydávané v rámci různých brožurek, internetových adres či reklamních spotů a následně je dokáže v praxi použít. A také by měla těmto organizacím sdělit, že je nutné lidem v krizové situaci nabízet také pomoc psychosociální.

SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

1. BARBER, Nicola. *Požáry a povodně: [kde k nim dochází? proč k nim dochází?]*. Vyd.1. Brno: Computer Press, 2003. Přírodní katastrofy. 32 s. ISBN 80-7226-937-2.
2. BÁRTOVÁ, Zdenka. *Jak zvládnout stres za katedrou*. Kralice na Hané: Computer Media, 2011. 130 s. ISBN 978-80-7402-110-7.
3. BAŠTECKÁ, Bohumila. *Terénní krizová práce: psychosociální intervenční týmy*. Praha: Grada, 2005. Psyché (Grada). 291 s. ISBN 80-247-0708-X.
4. BREČKA, Tibor A. *Psychologie katastrof: vybrané kapitoly*. V Praze: Triton, 2009. Psyché (Triton). 106 s. ISBN 978-80-7387-330-1.
5. HARTL, Pavel. *Stručný psychologický slovník*. Praha: Portál, 2004. 312 s. ISBN 80-7178-803-1
6. *Kamyk byl při povodni nejvíce postiženou obcí* [online]. [cit. 2019-06-13]. Dostupné z: https://pibramsky.denik.cz/zpravy_region/kamyk-byl-pri-povodni-nejvice-postizenou-obci-20170816.html
7. *Kamyk nad Vltavou.: Povodňový plán obce* [online]. [cit. 2020-03-06]. Dostupné z: <https://www.edpp.cz/povodnovy-plan/kamyk-nad-vltavou>
8. *Kamyk nad Vltavou. Povodňový plán obce.: Přirozená povodeň* [online]. [cit. 2020-03-06]. Dostupné z: https://www.edpp.cz/kamy_prirozena-povoden
9. *Katastrofální povodeň v České republice v srpnu 2002*. Praha: Ministerstvo životního prostředí, 2005. 66 s. ISBN 80-7212-350-5.
10. KOPECKÝ, M., E. TILCEROVÁ, J. ŠIMAN, M. KOUCKÁ a K. VOPIČKA. *Ochrana obyvatelstva za mimořádných událostí*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci Pedagogická fakulta, 2011. 83 s.
11. KOPECKÁ, Ilona. *Psychologie: učebnice pro obor sociální činnost*. Praha: Grada, 2011. 200 s. ISBN 978-80-247-3877-2.
12. KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie zdraví*. Vyd. 3. Praha: Portál, 2009. 279 s. ISBN 978-80-7367-568-4.
13. LONG, Maxine. *Rodinná encyklopedie medicíny a zdraví*. Čestlice: Rebo Productions, c1999. 1000 s. ISBN 80-7234-074-3.
14. MARÁDOVÁ, Eva. *Ochrana člověka za mimořádných událostí*. Praha: Vzdělávací institut ochrany dětí, 2007. 39 s. ISBN 978-80-86991-24-5.

15. MARTÍNEK, Bohumír. *Ochrana člověka za mimořádných událostí: příručka pro učitele základních a středních škol*. Vyd. 2., opr. a rozš. Praha: Ministerstvo vnitra - generální ředitelství Hasičského záchranného sboru ČR, 2003. 119 s. ISBN 80-86640-08-6.
16. MELICHERČÍK, J. a V. MELICHERČÍKOVÁ. *Základní doporučení pro provádění čištění a dezinfekce po povodních a záplavách*: [cit. 2020-03-06]. Dostupné z: http://www.szu.cz/uploads/documents/Povodne/Povodne_dr_Melichercikova.pdf
17. Město Náchod: Ochrana obyvatelstva [online]. [cit. 2019-05-05]. Dostupné z: <https://www.mestonachod.cz/mesto/krizove-rizeni/ochrana-obyvatelstva/>
18. Ministerstvo vnitra České republiky. *Terminologický slovník pojmů z oblasti krizového řízení, ochrany obyvatelstva, environmentální bezpečnosti a plánování obrany státu*. [online]. 2016 [cit. 2019-02-15]. Dostupné z: <https://www.mvcr.cz/clanek/terminologicky-slovník-krizove-rizeni-a-planovani-obrany-statu.aspx>
19. MV ČR a HZS ČR. *Co jsou to mimořádné události* [online]. [cit. 2019-02-20]. Dostupné z: <https://www.zachranny-kruh.cz/pro-verejnost/mimoradne-udalosti/zakladni-informace/co-jsou-to-mimoradne-udalosti.html>
20. *Obec Kamýk nad Vltavou.: Sokol* [online]. [cit. 2020-03-06]. Dostupné z: <https://www.obeckamyk.cz/index.php/sokol-75>
21. Povodí Vltavy, státní podnik. *Souhrnná zpráva o povodni v srpnu 2002*. Praha, 2003. 95 s.
22. *Povodňový plán obce Kamýk nad Vltavou* [online]. 2016 [cit. 2019-06-13]. Dostupné z: <https://www.edpp.cz/povodnovy-plan/kamyk-nad-vltavou>
23. PRŮCHA, Jan, Jiří MAREŠ a Eliška WALTEROVÁ. *Pedagogický slovník*. 4. aktualiz. vyd. Praha: Portál, 2003. 324 s. ISBN 80-7178-772-8
24. SELYE, Hans. *Stres života*. Přeložil Petra KUDRNÁČOVÁ. Hodkovičky: Pragma, 2016. 390 s. ISBN 978-80-7349-392-9.
25. ŠPATENKOVÁ, Naděžda. *Krizová intervence pro praxi*. 2., aktualiz. a dopl. vyd. Praha: Grada, 2011. Psyché (Grada). 202 s. ISBN 978-80-247-2624-3.
26. VEBROVÁ, Jitka a Tomáš KRAJÍČEK. *Slovník cizích slov*. Praha: Plot, 2006. 367 s. ISBN 80-86523-77-2.

27. VEČEŘOVÁ – PROCHÁZKOVÁ, Alena a Radkin HONZÁK. *Stres, eustres a distres* [online]. Psychiatrická katedra IPVZ, 2008 [cit. 2019-03-10]. Dostupné z: file:///C:/Users/hp/Downloads/Solen_int-200804-0009.pdf
28. *Vodní dílo Kamyk* [online]. [cit. 2019-06-13]. Dostupné z: <http://www.visitltava.cz/cz/vodni-dilo-kamyk/26/>
29. VYMĚTAL, Jan. *Obecná psychoterapie*. 2., rozš. a přeprac. vyd. Praha: Grada, 2004. Psyché (Grada). 340 s. ISBN 80-247-0723-3.
30. *Was ist Stress?* [online]. [cit. 2019-03-12]. Health Management Consulting. Dostupné z: <https://www.antistress.de/was-ist-stress>
31. Zákon č. 239/2000 Sb., o integrovaném záchranném systému a o změně některých zákonů
32. Zákon č. 254/2001 Sb.: o vodách a o změně některých zákonů

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha I Vzor dotazníku použitého pro empirické šetření

Příloha II Obec Kamýk nad Vltavou při povodních v roce 2002

Příloha I Vzor dotazníku použitého pro empirické šetření

Vážené respondentky, vážení respondenti,

obracím se na Vás s žádostí o vyplnění mého dotazníku, který poslouží jako podklad pro moji bakalářskou práci na téma: Zvládání stresu při mimořádných událostech.

Vaše odpovědi zakroužkujte, zatrhněte, případně jinak označte. Tam, kde vyberete odpověď jiné, uveďte, prosím, Vaši odpověď slovy.

Dotazník je zcela anonymní.

Za Vaši ochotu a čas věnovaný dotazníku děkuji.

Zlata Demčáková

studentka Vysoké školy evropských a regionálních studií, o. p. s., v Českých Budějovicích

DOTAZNÍK

1. Jak dlouho v obci Kamýk nad Vltavou bydlíte?
 - a) 20 až 25 let
 - b) 25 až 30let
 - c) 35 až 40 let
 - d) Více než 40 let

2. Domníváte se, že je obec Kamýk nad Vltavou více ohrožená vznikem mimořádné události, jakou je povodeň, než jiné obce v povodí Vltavy?
 - a) Ano
 - b) Ne

3. V roce 2002 byl Váš dům zasažen povodní, byli jste nuceni z tohoto důvodu být evakuován/a?
 - a) Ano
 - b) Ne

4. Pokud jste byli evakuováni, kdo Vám poskytl pomoc?
 - a) Občané v okolí
 - b) Rodina
 - c) Obecní úřad, starosta
 - d) Hasičský záchranný sbor
 - e) Policie ČR
 - f) Armáda ČR
 - g) Nestátní neziskové organizace (ADRA, Červený kříž, Člověk v tísni, Charita ČR...)
 - h) jiné, uveďte kdo: _____

5. Způsobila Vám povodeň újmu na majetku?
 - a) Ano
 - b) Ne

6. Pokud ano, jaké finanční škody jste utrpěli (v Kč)?
 - a) 1-50 000
 - b) 50 000 - 100 000
 - c) 100 001 - 500 000
 - d) 500 001 - 1 000 000
 - e) > 1 000 001

7. Způsobila Vám povodeň újmu na Vašem fyzickém zdraví nebo dokonce na životě Vašem či Vašich blízkých?
 - a) Ano
 - b) Ne

8. Mluvil s Vámi během mimořádné události někdo o zvládání vlastního stresu a možné psychosociální podpoře pro Vás nebo Vaše blízké?
- Ano
 - Ne
9. Jakou strategii či techniku zvládání stresu byste si v případě potřeby vybrali?
- Úprava životosprávy (dostatek spánku, racionální strava, pohybové aktivity)
 - Relaxační techniky (jóga, meditace, autogenní trénink, svalová relaxace, masáže...)
 - Terapie (muzikoterapie, arteterapie, zooterapie...)
 - Individuální psychoterapie
 - Trávení času s rodinou a přáteli
 - Kulturní činnosti (TV, kino, divadlo, četba knih...)
 - Víra
 - Jiné, uveďte jaké: _____
10. Vznikly u Vás nebo jiného člena rodiny nějaké psychické poruchy jako následek povodně v roce 2002?
- Ano
 - Ne
11. Pokud ano, jaké poruchy to byly?
- Bolesti hlavy
 - Nespavost
 - Nechutenství
 - Deprese
 - Problémy s alkoholem či jinými návykovými látkami
 - Strach z vody
 - Jiné, uveďte jaké: _____
12. Byli jste nuceni navštívit kvůli těmto potížím lékaře, brát léky, být hospitalizováni nebo podstoupit psychoterapii?
- Ano
 - Ne
13. Odkud v současné době získáváte informace o ochraně obyvatelstva při vzniku mimořádné události v obci Kamýk nad Vltavou?
- Obecní úřad, např. pomocí SMS
 - Místní rozhlas
 - Webové stránky obce, kamýcká televize
 - Televize, rádio
 - V místním obchodě, na poště
 - Internet

g) Jiné, uveďte kde: _____

14. Máte pojištěnou svou domácnost proti živelným pohromám, jako je právě povodeň?

a) Ano

b) Ne

15. Víte o tom, že má obec Kamýk nad Vltavou vytvořený povodňový plán obce s důležitými informacemi?

a) Ano

b) Ne

16. Pokud ano, seznámili jste se s ním?

a) Ano

b) Ne

Příloha č. II Obec Kamýk nad Vltavou při povodních v roce 2002



Obrázek č. 1 - Zatopený kamýcký most



Obrázek č. 2 - Zaplavená hlavní silnice



Obrázek č. 3 – Přepady kamýcké přehrady



Obrázek č. 4 – Nový bytový dům