

Krizové situace v činnosti Hasičského záchranného sboru

Crisis situations in the Fire and Rescue Service

David Svadbík

Diplomová práce
2011



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta aplikované informatiky

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta aplikované informatiky
akademický rok: 2010/2011

ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Bc. David SVADBÍK**
Osobní číslo: **A10948**
Studijní program: **N 3902 Inženýrská informatika**
Studijní obor: **Bezpečnostní technologie, systémy a management**

Téma práce: **Krizové situace v činnosti Hasičského záchranného sboru**

Zásady pro vypracování:

1. Zpracujete rešerši literatury, která se vztahuje k tématu DP.
2. V rámci východiskové hypotézy definujte poslání Hasičského záchranného sboru ČR v bezpečnostním prostředí ČR.
3. Analyzujte obecné a psychické požadavky na povolání hasiče (včetně faktorů, které snižují odborný potenciál hasiče, zátěžové situace, stres, postavení psychologa HZS).
4. Vymezte posttraumatickou péči v HZS.
5. Analyzujte řešení krizových situací HSZ ve Zlínském kraji.
6. V rámci tvůrčí části DP proveďte vlastní výzkum v dané problematice, výsledky výzkumu statisticky vyhodnoťte a zpracujte do tabulek a grafů.

Rozsah diplomové práce:

Rozsah příloh:

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

Seznam odborné literatury:

1. BAŠTECKÁ, Bohumila a kolektiv. Terénní krizová práce. 1. vyd. Praha: Grada, 1995. ISBN 802470708X.
2. ČEPČÁNY, Stanislav. Psychologie pro pracovníky požární ochrany. 1 vyd. Praha: SNTL ? Nakladatelství technické literatury, 1977.
3. KŘIVOHLAVÝ, Jaro. Jak zvládat stres. Praha : Grada, Avicenum, 1994. 190 s ISBN 8071691216.
4. PRAŠKO, Ján. – PRAŠKOVÁ, Hana. Proti stresu krok za krokem. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2003, ISBN 80-247-0068-9.
5. Psychologie zdraví a nemoci, Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě, Filozofická fakulta, 2007. ISBN 80-7368-035-1.
6. SOTOLÁŘOVÁ, M. Posttraumatický intervenční tým HZS ČR. 1. vyd. Praha : Ministerstvo vnitra generálního ředitelství Hasičského Záchraného sboru České republiky, 2004.
7. ŠVÁB, Svatoslav. Psychologie práce pro nováčky, hasiče – záchranáře, ale nejen pro ně. 1. vyd. Ostrava: Sdružení požárního a bezpečnostního inženýrství v Ostravě, 2006. ISBN 80-86634-84-1.

Vedoucí diplomové práce:

PhDr. Mgr. Stanislav Zelinka

Ústav bezpečnostního inženýrství

Datum zadání diplomové práce:

28. února 2011

Termín odevzdání diplomové práce:

17. října 2011

Ve Zlíně dne 28. února 2011

prof. Ing. Vladimír Vašek, CSc.

děkan



doc. RNDr. Vojtěch Křesálek, CSc.

ředitel ústavu

ABSTRAKT

Práce se zabývá historií hasičského záchranného sboru, popisuje analýzu řešení krizových situací v činnosti HZS Zlínského kraje, včetně posouzení dispozičních předpokladů pro výkon hasičského povolání - psychologie hasiče, zvládání psychické i fyzické zátěže, psychického vyčerpání, zvládání stresu, traumatu, mimořádných událostí a také seznamuje s etickým kodexem psychologa.

Klíčová slova: Trauma, krizová situace, stres, hasič, mimořádná událost.

ABSTRACT

The Thesis dealing with the history of the Fire Rescue Service describes the analysis of crisis situations solutions in Zlin Region Fire Rescue Service, including the assessment of dispositional prerequisites for firefighter's occupation - firefighter psychology, managing of physical and mental strain, mental fatigue, stress managing, trauma, emergencies and also describes ethical code of a psychologist.

Keywords: Trauma, crisis situation, stress, firefighter, emergency

Lidé se obávají neznáma. Jest pravda, že každé opuštění starého znamená nejistotu - skok do tmy. Avšak kdo chce pomoci sobě a jiným, musí opustit dobré, aby mohl vybojovat lepší. Nesmí držeti pevně vrabce v hrsti jen proto, že je lepší než holub na střeše. Bez odvahy ke změně není zlepšení, a tak není ani blahobytu!

Tomáš Baťa

Prohlašuji, že

- beru na vědomí, že odevzdáním diplomové/bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby;
- beru na vědomí, že diplomová/bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k prezenčnímu nahlédnutí, že jeden výtisk diplomové/bakalářské práce bude uložen v příruční knihovně Fakulty aplikované informatiky Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně a jeden výtisk bude uložen u vedoucího práce;
- byl/a jsem seznámen/a s tím, že na moji diplomovou/bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3;
- beru na vědomí, že podle § 60 odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- beru na vědomí, že podle § 60 odst. 2 a 3 autorského zákona mohu užít své dílo – diplomovou/bakalářskou práci nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- beru na vědomí, že pokud bylo k vypracování diplomové/bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tedy pouze k nekomerčnímu využití), nelze výsledky diplomové/bakalářské práce využít ke komerčním účelům;
- beru na vědomí, že pokud je výstupem diplomové/bakalářské práce jakýkoliv softwarový produkt, považují se za součást práce rovněž i zdrojové kódy, popř. soubory, ze kterých se projekt skládá. Neodevzdání této součásti může být důvodem k neobhájení práce.

Prohlašuji,

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

Ve Zlíně 17.10. 2011

.....
podpis diplomanta

OBSAH

ÚVOD	11
TEORETICKÁ ČÁST	12
1 HISTORICKÝ VÝVOJ IZS	13
1.1 PRVNÍ PŘÍSTUP	13
1.2 DRUHÝ PŘÍSTUP	14
2 INTEGROVANÝ ZÁCHRANNÝ SYSTÉM	16
2.1 SLOŽKY IZS	16
2.1.1 ZÁKLADNÍMI SLOŽKAMI IZS JSOU:	16
2.1.2 OSTATNÍMI SLOŽKAMI IZS	17
2.2 HASIČSKÝ ZÁCHRANNÝ SBOR ČESKÉ REPUBLIKY	18
2.3 POLICIE ČESKÉ REPUBLIKY	18
2.4 ZDRAVOTNICKÁ ZÁCHRANNÁ SLUŽBA	18
2.5 KOORDINACE ZÁCHRANNÝCH A LIKVIDAČNÍCH PRACÍ SE ODEHRÁVÁ NA TŘECH ÚROVNÍCH:	19
• TAKTICKÁ:	19
• OPERAČNÍ:	19
• STRATEGICKÁ:.....	19
3 MIMOŘÁDNÁ UDÁLOST	20
3.1 ROZDĚLENÍ MIMOŘÁDNÝCH UDÁLOSTI DLE JEVŮ:	20
3.2 MIMOŘÁDNÁ SITUACE	20
3.3 MIMOŘÁDNÉ UDÁLOSTI PŘI ZÁSAHU HZS:	21
4 HASIČSKÝ ZÁCHRANNÝ SBOR ČESKÉ REPUBLIKY	22
4.1 VZNIK A SOUČASNOST PROFESIONÁLNÍ POŽÁRNÍ OCHRANY	22
4.1.1 HISTORIE PROFESIONÁLNÍ POŽÁRNÍ OCHRANY V ČESKÝCH ZEMÍCH	22
4.2 CHARAKTERISTIKA HASIČSKÉHO ZÁCHRANNÉHO SBORU KRAJE	23
4.3 HASIČ – „RYTÍŘ 21. STOLETÍ“	24
4.3.1 SLIB:.....	24
4.4 OSOBNOST HASIČE – ZÁCHRANÁŘE	24
4.5 POŽADAVKY NA ZNALOSTI A DOVEDNOSTI HASIČE	25
4.5.1 PSYCHICKÉ POŽADAVKY POVOLÁNÍ.....	26
5 KRIZOVÁ SITUACE	27
5.1 VYMEZENÍ POJMU KRIZE A KRIZOVÁ SITUACE	27

5.2 KRIZOVÉ SITUACE LZE ROZLIŠIT NA:	27
5.3 ROZDĚLENÍ KRIZOVÝCH SITUACÍ, DLE ZÁSAHŮ HZS:	28
5.3.1 PŘÍRODNÍ POHROMY	28
5.3.2 TECHNOLOGICKÉ	28
5.3.3 POHROMY PŘÍMO NARUŠUJÍCÍ ROVNOVÁHU LIDSKÉ SPOLEČNOSTI	28
6 KRIZOVÁ INTERVENCE:	29
6.1 FORMY KRIZOVÉ INTERVENCE:	29
6.2 ZNAKY KRIZOVÉ INTERVENCE:	30
6.3 FÁZE KRIZOVÉ INTERVENCE:	30
6.4 TYPY KRIZOVÉ INTERVENCE:	30
6.4.1 KRIZOVÁ INTERVENCE TVÁŘÍ V TVÁŘ.....	30
6.4.2 KRIZOVÁ INTERVENCE TELEFONICKÁ (TKI)	31
6.4.3 NA INTERNETU:	32
6.5 CÍLE KRIZOVÉ INTERVENCE:	33
7 ZÁTĚŽOVÉ SITUACE V PROFESI HASIČE	34
7.1 PSYCHICKÁ ZÁTĚŽ	35
8 STRESOVÁ SITUACE:	36
8.1 STRES	36
8.2 PRŮBĚH VZNIKU STRESU:	37
8.3 FAKTORY STRESU	37
8.4 DĚLENÍ STRESU	37
8.4.1 EUSTRES.....	37
8.4.2 DISSTRES.....	38
8.4.3 HYPOSTRES	38
8.4.4 HYPERSTRES	38
8.5 STRESORY:	38
8.5.1 DĚLENÍ STRESORŮ	39
8.5.2 Z KVANTITATIVNÍHO HLEDISKA ROZLIŠUJEME:	39
8.5.3 PODLE DÉKY PŮSOBENÍ ROZLIŠUJEME:	40
8.6 PŘÍZNAKY STRESU	40
8.7 PRŮBĚH STRESOVÉ REAKCE (ADAPTAČNÍ SYNDROM)	42
8.8 ŠKODLIVÉ PŮSOBENÍ STRESU	42
8.9 ZVLÁDÁNÍ STRESU	43
9 PSYCHOLOGICKÁ SLUŽBA HZS ČR	45
9.1 VZNIK PSYCHOLOGICKÉ SLUŽBY HZS ČR	45

9.2 ZÁKLADNÍ PILÍŘE PSYCHOLOGICKÉ SLUŽBY HZS ČR	45
9.2.1 ZAJIŠŤOVAT POSTTRAUMATICKOU PÉČI O PŘÍSLUŠNÍKY HZS ČR	45
9.2.2 ZABEZPEČOVAT PODKLADY PRO PERSONÁLNÍ PRÁCI A VÝKON SLUŽBY	45
9.2.3 POMÁHAT OBĚTEM MIMOŘÁDNÝCH UDÁLOSTÍ	46
9.3 ÚKOLY PSYCHOLOGICKÉHO PRACOVISTĚ HZS ČR	46
9.3.1 PSYCHOLOGICKÁ PRACOVISTĚ HZS ČR PLNÍ NAPŘÍKLAD TYTO ÚKOLY:	46
9.4 PSYCHOLOG HZS ČR.....	47
9.4.1 ETICKÝ KODEX PSYCHOLOGA HZS	47
10 TRAUMA:.....	49
10.1 AKUTNÍ STRESOVÁ REAKCE:	49
10.2 TRAUMA:.....	49
10.3 VZNIK TRAUMATU:	49
10.4 TRAUMATICKÁ UDÁLOST.....	50
10.5 DŮSLEDKY TRAUMATIZUJÍCÍCH UDÁLOSTI	50
10.6 REAKCE NA TRAUMATICKÝ ZÁŽITEK.....	51
11 POSTTRAUMATICKÁ STRESOVÁ PORUCHA.....	52
11.1 TYPICKÉ PŘÍZNAKY POSTTRAUMATICKÉ STRESOVÉ PORUCHY:	52
11.2 ČLENĚNÍ PSYCHICKÝCH POTÍŽÍ:.....	52
11.3 DĚLENÍ POSTTRAUMATICKÉ STRESOVÉ PORUCHY	52
11.4 CO POMÁHÁ?	53
12 POSTTRAUMATICKÁ INTERVENČNÍ PÉČE (TPP)	54
12.1 CÍLE V PÉČI O TRAUMATIZOVANÉ OSOBY:	54
12.2 POSTTRAUMATICKÉ INTERVENČNÍ TÝMY	54
12.2.1 SLOŽENÍ IT TPP:	55
12.3 LÉČBA POSTTRAUMATICKÉ STRESOVÉ PORUCHY	55
12.3.1 FÁZE TPP	55
13 ANALÝZA KRIZOVÝCH SITUACÍ V ZLÍNSKÉM KRAJI:	58
13.1 PŘEHLED POČTU UDÁLOSTÍ V OKRESECH ZLÍNSKÉHO KRAJE.....	58
13.2 SNÍH A LED 2010	58
13.3 POVODNĚ 2010	59
13.4 SESUVY PŮDY 2010	60
13.5 SILNÝ VÍTR A BOUŘKY 2010	61
PRAKTICKÁ ČÁST	63
ZÁVĚR	89
CONCLUSION:.....	90

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....	91
INTERNETOVÉ ZDROJE:	95
INTERNÍ MATERIÁLY:	97
SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK	98
SEZNAM OBRÁZKŮ	99
SEZNAM TABULEK.....	100
SEZNAM GRAFŮ	101
SEZNAM PŘÍLOH.....	101

ÚVOD

Tématem mé diplomové práce jsou krizové situace v činnosti hasičského záchranného sboru.

Při zpracování teoretické části jsem se zaměřil na komplexní problematiku zátěžových situací vznikajících v profesi hasiče a činnosti psychologické služby Hasičského záchranného sboru České republiky. Dále jsem definoval poslání Hasičského záchranného sboru České republiky. Analyzoval psychické a fyzické požadavky na povolání hasiče, také jsem vymezil posttraumatickou péči v HZS a analyzoval řešení krizových situací ve Zlínském kraji.

V praktické části jsem se svým výzkumem zaměřil na fyzickou a psychickou zátěž, působící na výjezdové hasiče, dále stres, stresové situace a potencionální zdroje stresu, které vznikají při zásahu.

Také jsem zjišťoval názor hasičů na teoretické školení ke zvládnání krizových situací a s čím jsou hasiči nejvíce nespokojeni ve svém povolání. Tyto dvě otázky byly otevřené a každý se k nim mohl vyjádřit podle svého uvážení.

Výzkumná část mé práce, byla rozdělena na dvě poloviny. V první části jsem zjišťoval, jak dopadají stresové situace na příslušníky HZS dle věkových kategorií. V druhé polovině jsem analyzoval tytéž otázky dle počtu odsloužených let. Výstupy mého výzkumu jsem znázornil do tabulek a grafů.

Cílem mé diplomové práce jsem si dal porovnání teoretických poznatků se skutečnými fakty vzešlými z empirického šetření, které jsem provedl metodou dotazníku, zaměřeného na krizové situace působící na hasiče při výkonu jejich povolání.

Krizová situace, nebo jiná mimořádná událost, vyžadující zásah hasičů, se může přihodit každému z nás. A v tu chvíli nastává moment, kdy potřebujeme pomoc těchto záchranářů. I když se vždy nemusí jednat o lidský život, ale třeba i o život zvířete nebo majetek. Práce hasiče je velice náročná na psychiku, můžeme také říct, že většina práce záchranáře, je vykonávána pod časovým tlakem. Mimo to, je jejich profese, ovlivňována také technickým a organizačním prostředím ve kterém je realizována.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 HISTORICKÝ VÝVOJ IZS

Profesionální hasiči, převážně působící a organizovaní v hasičských záchranných sborech okresů, dokázali zásadním způsobem a velmi rychle změnit své zaměření, v současné době boj s požáry činí jen asi 20 % zásahů. Převažující náplní jejich činnosti se postupně staly záchranné práce, tzv. technické zásahy. K této nové činnosti ovšem hasiči potřebují spolupráci specialistů a proto vznikla myšlenka IZS, zpočátku jen na základě usnesení vlády č. 246 v roce 1993, později zákon o okresních úřadech stanovil povinnost organizovat IZS prostřednictvím havarijních komisí okresů. To se naplňovalo s různou intenzitou a kvalitou až do katastrofálních povodní na Moravě v roce 1997. Diametrální rozdíly ve zvládnutí dopadů povodně mezi okresy, které měly funkční havarijní komise a ostatními okresy, spolu s vynikajícími výkony hasičů znamenaly zelenou pro princip IZS a ustavení Hasičského záchranného sboru ČR (dále jen „HZS ČR“) jako gestora IZS, což bylo završeno v roce 2000 schválením zákona o HZS ČR a zákona o IZS.[48]

Potřeba řešit komplexně záchranný systém v České republice byla evidentní již v roce 1991. Jedním ze zásadních problémů v oblasti záchrannářství v té době bylo určité legislativní vakuum pro oblast každodenních nehod, havárií i jiných nouzových stavů. Existovaly sice separátní právní předpisy pro některé oblasti ochrany, jako např. ochrana před požáry, povodněmi, nákazami a epidemiemi, ochrana čistoty vod atd., které řešily ochranu před těmito jevy izolovaně, ale neexistoval právní předpis postihující oblast ochrany a záchrany jako celek. Ve snaze o řešení této situace byly zvažovány a také prosazovány dva **odlišné přístupy** k řešení.[18]

1.1 První přístup

vycházel z vybudování komplexního záchranného systému na bázi stálých institucí směrem od shora dolů, které se měly zabývat záchrannářstvím. Hlavní náplní jejich činností mělo být zabezpečení efektivního plošného využití sil a prostředků, optimálního řízení a provádění záchranných a prvořadých likvidačních prací při přírodních a antropogenních katastrofách, tzn. v situacích přesahujících možnosti a působnost jednotlivých samostatných složek. Tato varianta byla podporována především orgány civilní ochrany a některými představiteli rezortů a ústředních orgánů s tím, že dominantní postavení by zaujímaly územní štáby civilní ochrany, které by zároveň tvořily stálé sekretariáty záchranného systému. Zásadní

slabiny tohoto přístupu spočívaly v evidentní skutečnosti, že celý systém civilní ochrany byl dlouhá léta budován především pro ochranu obyvatelstva v době války, ev. jako doplňková pomoc při rozsáhlých negativních událostech s velkým počtem ztrát a velkým rozsahem materiálních škod. Jeho „zphotovení“ vyžadovalo značné časové lhůty, což naprosto neodpovídalo potřebám okamžitého zásahu. Rovněž určitý fond ochranné infrastruktury, kterým civilní ochrana disponovala a disponuje, není při řešení zejména každodenních událostí použitelný.[18]

1.2 Druhý přístup

budování záchranného systému vycházel z praktických zkušeností jednotlivých záchranných složek, které při likvidaci každodenních událostí byly nuceny vzájemně spolupracovat. V některých situacích, např. při hromadných dopravních nehodách, jejichž likvidace je vždy složitá, nebyly vzájemné vztahy mezi záchrannými složkami jednoznačně právně definovány a nebylo jasné, která složka odpovídá za celkový výsledek zásahu. Základem tohoto přístupu byla tedy součinnost, k jejímuž efektivnímu uskutečňování stačilo pouze právně definovat a v praxi realizovat potřebné kompetence. Systém součinnosti je založen na velmi úzké spolupráci tří základních složek – hasičů, zdravotnické záchranné služby a policie, které v průběhu historického vývoje také vstoupily do širokého podvědomí, neboť zejména ve velkých městech jsou především hasiči chápáni jako univerzální složka při poskytování pomoci. Protagonisté tohoto přístupu byli především hasiči.[18]

Z historických, ale zejména z objektivních důvodů a ze zkušeností z vyspělých evropských států byla dána přednost přístupu, který preferoval zvýšení úrovně spolupráce uvedených třech základních složek. Výsledkem společného úsilí nejen v oblasti záchranářství při každodenních událostech bylo přijetí Usnesení vlády České republiky ze dne 18. března 1992 č. 187 k návrhu na vytvoření havarijních komisí územních orgánů k plánování a řízení opatření při vzniku nežádoucích událostí (nehod, havárií a živelních pohrom), v němž vláda mimo jiné ukládá ministru životního prostředí připravit návrh zákona o prevenci a likvidaci nežádoucích událostí (nehod, havárií a živelních pohrom) i jako hmotně-právní základnu pro působnost Havarijní komise vlády České republiky a okresních havarijních komisí; zásady zákona předložit vládě do 30. června 1992.

Vzhledem k nadcházejícím volbám v roce 1992, k přijetí zásadních politických rozhodnutí o rozdělení státu a z toho vyplývajících změn se tento úkol nepodařilo úspěšně dořešit.[18]

Legislativa:

Činnost IZS v České republice je od roku 2001 upravena zákonem č. 239/2000 Sb., o integrovaném záchranném systému, zákonem č. 240/2000 Sb., o krizovém řízení a zákonem č. 241/2000 Sb., o hospodářských opatřeních pro krizové stavy.[18]

Zákon o IZS vymezuje jeho existenci, stanoví jeho složky a jejich působnost, pokud tak nestanoví zvláštní právní předpis, působnost a pravomoc státních orgánů a orgánů územních samosprávních celků, práva a povinnosti právnických a fyzických osob při přípravě na mimořádné události a při záchranných a likvidačních pracích a při ochraně obyvatelstva před a po vyhlášení stavu nebezpečí, nouzového stavu, stavu ohrožení státu a válečného stavu.[30]

2 INTEGROVANÝ ZÁCHRANNÝ SYSTÉM

Vznikl jako potřeba každodenní spolupráce hasičů, zdravotníků, policie a dalších složek při řešení mimořádných událostí. Je systémem pro koordinaci záchranných a likvidačních prací. Není organizací v podobě instituce, ale jen a především vyjádřením pravidel spolupráce.[30]

Systém sám byl založen na sjednocení kompetencí těchto složek při vykonávání společné činnosti.[23]

Integrace spočívá v tom, že jednotlivé zdroje – materiální, lidské, ale i právní, se spojují k provedení záchrany nebo likvidace s cílem jejich nejúčinnějšího a nejehospodárnějšího využití.[33]

Cílem Integrovaného záchranného systému je účelovým a plošným soustředěním svých sil a prostředků zachraňovat lidské životy a hmotný majetek i duchovní statky společnosti stejně jako snižovat následky při mimořádných událostech. [35]

Zásady Integrovaného záchranného systému jsou postaveny na principech a zkušenostech z nezbytné spolupráce a dlouhodobé dělby práce při zachraňování životů nebo majetku a to především mezi policií, hasičskými záchrannými sbory a zdravotnickou záchrannou službou.[35]

2.1 Složky IZS

2.1.1 Základními složkami IZS jsou:

Hasičský záchranný sbor České republiky a ostatní jednotky požární ochrany zařazené do plošného pokrytí sil a prostředků kraje, Zdravotnická záchranná služba a Policie České republiky. [3]

Základní složky IZS zajišťují nepřetržitou pohotovost pro příjem ohlášení vzniku mimořádné události, pro jejich vyhodnocení a neodkladný zásah v místě mimořádné události.[3]



Obr. 1. Znak policie
Zdroj:[61]



Obr. 2. Znak ZZS
Zdroj:[61]



Obr.3. Znak HZS
Zdroj:[61]

2.1.2 Ostatními složkami IZS

jsou vyčleněné síly a prostředky ozbrojených sil, ostatní ozbrojené bezpečnostní sbory, ostatní záchranné sbory, orgány ochrany veřejného zdraví, havarijní, pohotovostní, odborné a jiné služby, zařízení civilní ochrany, neziskové organizace a sdružení občanů se záchranným, humanitárním či psychosociálním zaměřením, která lze využít k záchranným a likvidačním pracím. Ostatní složky poskytují při záchranných a likvidačních pracích plánovanou pomoc na vyžádání. V době krizových stavů se stávají ostatními složkami IZS také odborná zdravotnická zařízení na úrovni fakultních nemocnic pro poskytování specializované péče.[3]

2.2 Hasičský záchranný sbor České republiky

Seskupení rozpočtových organizací, jejichž úkolem je ochrana životů, zdraví a majetku obyvatel před „požáry“ a pomoc při mimořádných událostech (živelních pohromách apod.). HZS ČR plní úkoly v oblasti IZS, krizového řízení a požární ochrany. HZS ČR je zřízen zákonem č. 238/2000 Sb., o HZS ČR.[49]

2.3 Policie České republiky

Ozbrojený bezpečnostní sbor České republiky, státní policie s působností na celém území republiky. Plní zejména úkoly ve věcech vnitřního pořádku bezpečnosti, a to prostřednictvím svých příslušníků (policistů), kteří jsou organizováni v různých útvech.

Policie plní zejména tyto úkoly:

Zákonem č. 283/1991 Sb., o Policii ČR byl zřízen ozbrojený bezpečnostní sbor s názvem Policie České republiky (dále jen „PČR“), který plní úkoly ve věcech vnitřního pořádku bezpečnosti. PČR chrání bezpečnost osob a majetku, spolupůsobí při zajišťování veřejného pořádku, vede boj proti terorismu, koná vyšetřování o trestných činech, zajišťuje ochranu hranic, ústavních činitelů, jaderných zařízení, dohlíží na bezpečnost silničního provozu atd.[50]

2.4 Zdravotnická záchranná služba

Zajišťuje odbornou přednemocniční neodkladnou péči, která je definovaná jako péče o postižené na místě jejich úrazu nebo náhlého onemocnění, v průběhu jejich transportu k dalšímu ošetření a při jejich předání do zdravotnického zařízení.[51]

Přednemocniční neodkladná péče je poskytována při stavech, které:

- bezprostředně ohrožují život postiženého,
- způsobí bez rychlého poskytnutí odborné první pomoci trvalé následky,
- mohou vést prohlubování chorobných změn k náhlé smrti,
- působí náhle utrpení a bolest,
- působí změny chování a jednání, ohrožující postiženého nebo jeho okolí[51]

2.5 Koordinace záchranných a likvidačních prací se odehrává na třech úrovních:

K realizaci opatření v rámci IZS dochází v okamžiku, kdy se na místě negativní události sejdou dvě a více složek IZS a je třeba společně řešit vzniklou situaci. Způsob řízení záchranných a likvidačních prací závisí především na druhu a rozsahu negativní události a také na počtu a druhu složek, podílejících se na těchto pracích. Obecně lze rozdělit způsob řízení do třech úrovní:[18]

- **Taktická:**

na místě zásahu, kde se mimořádná událost projevuje svými účinky nebo kde se projevy mimořádné události předpokládají. Zde za záchranné a likvidační práce odpovídá velitel zásahu, kterým je například hasič – velitel požární ochrany.

- **Operační:**

to znamená operačních středisek základních složek IZS přičemž operační střediska Hasičského záchranného sboru ČR jsou současně operačními a informačními středisky IZS. Operační střediska zajišťují obsluhu linek tísňového volání (112, 150, 155, 158) a jsou pro každého občana místem, kde může přivolat pomoc v nouzi.

- **Strategická:**

představuje přímé zapojení starosty obce s rozšířenou působností, hejtmana kraje nebo Ministerstva vnitra do koordinace záchranných a likvidačních prací. V případě, kdy velitel zásahu při některém z nejvyšších stupňů poplachu požádá o pomoc ke svému rozhodování krizový štáb.[33]

3 MIMOŘÁDNÁ UDÁLOST

V zákoně č. 239/2000 Sb. o integrovaném záchranném systému se uvádí, že se pod pojmem mimořádná událost rozumí „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 prací.[66]

Z psychologického hlediska se jedná o takovou událost, která přesahuje běžnou lidskou zkušenost, je náhlá, nepředvídatelná a neovladatelná. Tedy hraniční situaci, kdy není zprvu jasné, je-li vůbec v možnostech člověka ji zvládnout. Do jaké míry bude situace prožívána jako stresová, záleží na tom, jak je daný jedinec psychicky odolný, dále jaký význam přisuzuje dané situaci a také možnost sociální opory. Některé situace jsou však tak intenzivní, nenadále nebo neovladatelné, že vyvolávají prožitek tísně a traumatickou odpověď v každém zúčastněném.[52]

K jakým mimořádným událostem hasiči denně vyjíždějí, o tom svědčí následující tabulka.

3.1 Rozdělení mimořádných události dle jevů:

- přírodní
- antropogenní
- kombinované[3]

3.2 Mimořádná situace

Situace, která vznikla v důsledku nastalé mimořádné události. Dle trvání mimořádné situacemi dělíme do skupin:

- Krátkodobá – dny až týdny
- Střednědobá – měsíce až roky
- Dlouhodobá – roky až desítky let[34]

3.3 Mimořádné události při zásahu HZS:

Tab. 1. Mimořádné události při zásahu HZS

Tabulka mimořádných událostí					
Druh události	2006	2007	2008	2009	2010
Požáry	19 665	21 835	20 406	19 681	17 296
Dopravní nehody	18 976	21 270	20 063	19 004	18 053
Živelní pohromy	5 414	10 044	5 599	5 240	*
Účinky nebezpečných látek Z toho "ropných produktů"	5 809	6 377	6 242	5 916	5 300
	4 644	5 235	5 218	4 991	4 407
Technické havárie	49 785	48 010	42 104	47 412	62 961
Radiační havárie a nehody	4	0	0	0	0
Ostatní mimořádné události	735	166	17	10	2
Plané poplachy	8 409	8 148	8 194	8 251	8 037
Události celkem	108 797	115 850	102 625	105 514	111 649



Obr. 4. Telefonní linka HZS

Zdroj:[65]

4 HASIČSKÝ ZÁCHRANNÝ SBOR ČESKÉ REPUBLIKY

Seskupení rozpočtových organizací, jejichž úkolem je ochrana životů, zdraví a majetku obyvatel před „požáry“ a pomoc při mimořádných událostech (živelních pohromách apod.). HZS ČR plní úkoly v oblasti IZS, krizového řízení a požární ochrany. HZS ČR je zřízen zákonem č. 238/2000 Sb., o HZS ČR

4.1 Vznik a současnost profesionální požární ochrany

4.1.1 Historie profesionální požární ochrany v českých zemích

1853 - v Praze založen první placený hasičský sbor. Přesto hlavní odpovědnost za hašení požárů ležela od 2. poloviny 19. století až do druhé světové války na dobrovolných hasičských sborech měst a obcí.[53]

1919 - založen Svaz dobrovolného hasičstva Československa. V té době existovaly veřejné požární jednotky z povolání jen ve větších městech a tak v ostatních městech a obcích využívali starostové předpisy prakticky převzaté z Rakouska-Uherska, které umožňovaly přenášet zodpovědnost starostů za hašení požárů, na dobrovolné hasičské sbory.

1942 - v protektorátu ustanoven pluk (Regiment) požární policie Čechy – Morava. Toto mužstvo pluku tvořili čeští četníci, příslušníci finanční stráže a důstojníci, což byli němečtí inženýři, kteří po vystudování absolvovali ještě dvouleté učiliště požární policie v Berlíně Eberswalde.[53]

K základní reorganizaci požární ochrany došlo až s přijetím zákona o státním požárním dozoru a požární ochraně v roce 1953. Na jeho základě se výkonnými jednotkami požární ochrany staly veřejné a závodní jednotky a požární ochrana byla budována na principech vojenské organizované složky. Odpovědnost za požární bezpečnost měly podle své příslušnosti Národní výbory, orgány státního požárního dozoru a ministr vnitra.[53]

Velice významnou událostí pro další období byl vznik Školy požární ochrany ministerstva vnitra ve Frýdku-Místku v roce 1967, která funguje dodnes.

Hasičský záchranný sbor ČR získal svůj název v roce 1995. V současnosti tvoří Hasičský záchranný sbor generální ředitelství, které je organizační součástí Ministerstva vnitra, a dále pak 14 hasičských záchranných sborů krajů.[53]

Nová právní úprava, která nabyla účinnosti dnem 1. ledna 2001, znamenala změnu v postavení, působnosti a organizaci Hasičského záchranného sboru ČR. V této souvislosti pak došlo také ke sloučení ředitelství Hasičského záchranného sboru ČR s Hlavním úřadem civilní ochrany, a širokou oblast civilní ochrany tak dostali na starost hasiči. Podobně je tomu i v jiných evropských zemích.[53]

Za uplynulých 15 let prošel Hasičský záchranný sbor České republiky řadou významných změn v oblasti legislativní, kompetenční, organizační, personální, operační, taktické, technické.[44] Vývoj s sebou přinesl i „změny v poměru a závažnosti zásahů. To přináší měnící se nároky na psychickou odolnost hasičů“.[22]

4.2 Charakteristika hasičského záchranného sboru kraje

Službu v jednotce hasičského záchranného sboru kraje vykonávají příslušníci HZS kraje v souladu s platnými právními předpisy. Příslušníci mají dobu služby rozvrženou nerovnoměrně. Nerovnoměrně rozvržená doba služby příslušníků je organizována na 3 směny, které jsou označovány A, B, C. Směna zabezpečuje nepřetržitou připravenost jednotky HZS kraje po dobu 24 hodin. Příslušníci tedy pracují v cyklu 24 hodin směna a 48 hodin mezisměnové volno. Střídání směn probíhá v 7.00 hodin ráno. Směna se dělí na 16 hodin výkonu služby a 8 hodin nařízené pohotovosti v místě výkonu služby, přičemž do nařízené pohotovosti se započítávají přestávky na jídlo a oddech. V rámci této služby vyjíždějí hasiči ke každému případu do dvou minut od jeho nahlášení. Při mimořádné události velkého rozsahu, jako jsou např. povodně, se samozřejmě nedodrží oněch výše zmíněných 48 hodin mezisměnového volna. V lepším případě se přechází na opačný režim 48 hodin služba a 24 hodin odpočinek.[54] Taková služba vykazuje extrémní fyzickou a psychickou zátěž hasiče, na kterou musí navazovat nezbytná regenerace fyzických i psychických sil. Ve směně vykonávají službu příslušníci předurčení pro vlastní zásahovou činnost (tzv. „výjezdoví hasiči“), příslušníci předurčení pro obsluhu operačních a informačních středisek a příslušníci zařazení v záloze směny, kteří zabezpečují chod jednotky a činnost podpůrných speciálních služeb. Příslušníci předurčení pro zásahovou činnost a příslušníci zařazení v záloze směny jsou organizováni do družstev, resp. Skupin.[55]

4.3 Hasič – „rytíř 21. století“

Hasič je člověk, který je připravený nejen psychicky, ale také fyzicky zvládat to, co by nás ostatní ani nenapadlo. Hasič je ten, kdo jde tam, odkud ostatní utíkají. Hasič je ten, koho vyhlížíme, když sami ztrácíme naději. Hasič je ten, komu věříme, že zvládne to, v čem my jsme pohořeli..[56] Řečeno barvitěji „všeobecně rozšířený omyl, že hasič je ze železa, které se v ohni kalí a zoceluje, a proto musí vše bez problému vydržet“.[30]

4.3.1 Slib:

„Slibuji na svou čest a svědomí, že při výkonu služby budu nestranný a budu důsledně dodržovat právní a služební předpisy, plnit rozkazy svých nadřízených a nikdy nezneužiji svého služebního postavení. Budu se vždy a všude chovat tak, abych svým jednáním neohrozil dobrou pověst bezpečnostního sboru. Služební povinnosti budu plnit řádně a svědomitě a nebudu váhat při ochraně zájmů České republiky nasadit i vlastní život“.[44]

4.4 Osobnost hasiče – záchranáře

Profese hasiče přináší řadu situací, které by většina z civilistů označila za velmi náročné, často až traumatické. K tomu samozřejmě přihlíží i HZS při výběru nových hasičů-záchranářů. Dle příslušných obecně závazných právních předpisů se hasičem může, pokud jde o charakteristické osobnostní rysy, stát člověk, který je:

- a) intelektově v pásmu průměru nebo vyšším,
- b) emočně stabilní,
- c) psychosociálně vyzrálý,
- d) odolný vůči psychické zátěži,
- e) s žádoucí motivací, postoji a hodnotami,
- f) bez nedostačivosti v oblasti volných procesů,
- g) bez nedostačivosti v oblasti poznávacích procesů,
- h) bez nedostačivosti v oblasti autoregulace,
- i) bez znaků nežádoucí agresivity a
- j) bez psychopatologické symptomatiky.

Výše uvedené osobní charakteristiky jsou zjišťovány nejenom při přijímání do sboru, ale také při aspiraci na místo v jiném sboru, pokud to je zvláště stanoveno pro určitou specifickou funkci nebo pokud se vyskytnou pochybnosti o tom, zda-li dotyčný člen uvedené podmínky stále ještě splňuje.[67]

4.5 Požadavky na znalosti a dovednosti hasiče

Dále také jsou na hasiče stanoveny požadavky na znalosti a dovednosti. Musí například znát organizaci požární ochrany, je seznámen se základní dokumentací a evidencí, která je vedena a uložena u jednotky požární ochrany, dále se systémem integrovaného záchranného systému, krizového řízení a ochrany obyvatelstva, zná svá práva a povinnosti. Dokonale ovládá bezpečnost práce, umí udržovat ochranné prostředky, které jsou v osobním užívání hasiče, také je seznámen s požární prevencí, s dokumentací zdolávání požáru a v neposlední řadě je schopen zvládat požární taktiku. Myslím, že je vhodné říci, že i odborné vzdělávání a výchova hasiče je dlouhodobá a náročná. Dnes platí, že minimální vzdělání je úplné středoškolské vzdělání s maturitou, následuje celá řada dalších speciálních kurzů, které se musí každých pět let obnovovat a každý rok musí absolvovat fyzické, zdravotní a vědomostní testy, při kterých se prověřuje jeho fyzická zdatnost, zdravotní způsobilost a odborné znalosti.[39]

Při výkonu hasičské profese jsou vnější podmínky práce velmi proměnlivé. Od standardních běžných teplot, osvětlení, větrání, hluku, až po podmínky extrémně nepříznivé. Výskyt těchto extrémních podmínek je přitom statisticky velmi významný. Pro svou práci používají hasiči velmi rozsáhlou oblast nářadí, přístrojového a strojního vybavení, jejichž obsluha vyžaduje specializované znalosti a dovednosti nejméně na středoškolské, spíše však na vysokoškolské úrovni. V průběhu řešení mimořádné události se hasiči setkávají s prakticky všemi technicky, organizačně a psychofyziologicky realizovatelnými pracovními polohami, jako je například práce ve stísněném pracovním prostoru, ve výškách, v hloubkách, práce za snížené viditelnosti z důvodu zakouření a za extrémních teplot, způsobených buďto požárem, nebo mrazem. Jejich pracovní činnost je realizovaná převážně jako kolektivní a psychofyziologicky namáhavá, přičemž kvalita jejich práce musí být profesně dobře zvládnutá a chybná rozhodnutí nejsou přípustná. Časovou náročnost jednotlivých zásahů nelze předem určit.[39]

S tím vším co zde bylo napsáno o činnosti, kterou hasiči vykonávají, úzce souvisí psychické požadavky na osobu hasiče. Každý, kdo se chce stát hasičem, musí absolvovat psychologické vyšetření profilu osobnosti.

Zájemce o povolání hasiče musí také kromě psychologického vyšetření absolvovat fyzické testy, při kterých se prověřuje jeho fyzická zdatnost. Tyto testy jsou rozděleny do třech oblastí. Dvou silových a jedné vytrvalostní.[39]

4.5.1 Psychické požadavky povolání

a) psychická dispozice je obecně určená schopnostmi a předpoklady na úrovni zajišťující dlouhodobé plnění nároků kladené na hasiče – záchranáře,

b) intelektový potenciál – znamená schopnost zpracování souboru informací intelektuálního

charakteru a předpokládá výchozí úroveň ověřenou zkouškou,

c) psychomotorická výkonnost – Zejména tempo a kvalita zpracování jednoduché informace,

psychomotorické tempo, schopnost koncentrace pozornosti, dělená pozornost, informační výkon, tempo a kvalita rozhodovacích procesů,

d) vlastnosti smyslů – Znamená kvalitu a kvantitu přenosu zejména optických a akustických podnětů, reakční pohotovost, barvocit,

e) ostatní psychické vlastnosti, které musí splňovat hasič – záchranář jsou shrnuty ve speciálním požadavku na psychickou odolnost proti zátěži orientovanou na výkon profese. Znamená to, že musí splňovat nároky na kontrolu výstupního chování v průběhu mimořádných událostí i následně ve fázi regenerace psychických sil.

f) reakce na vnější podněty a charakterové rysy, představují soubor interaktivních kvalit osobnosti záchranáře. Temperamentový základ, vztah k sociálnímu okolí, převažující vzorce výstupního chování, schopnost komunikace, tendence k riziku, zralost osobní významně ovlivňuje výstupní chování záchranáře při řešení průběhu mimořádné události i následně ve fázi psycho – fyziologické regenerace.[39]

5 KRIZOVÁ SITUACE

Dynamika našeho života přináší nejen běžné životní sociální situace a situace náročné, ale někdy přímo situace krizové, které ovšem rovněž neodmyslitelně patří k životu a mají sociálněpedagogický podtext.[47]

5.1 Vymezení pojmu krize a krizová situace

Krize je situace, která postihuje společnost a její instituce, postihuje komunity a jiné sociální skupiny. Krize je ale také především záležitostí týkající se jedince. V laickém slova smyslu je tento termín používán pro téměř jakoukoliv situaci, která je vnímána negativně. Pojem krize můžeme tedy používat k popisu všech situací, při kterých se něco dramaticky mění a tato změna je doprovázena negativními emocemi.[2]

Krizi je možno také chápat jako přechodný stav vnitřní nerovnováhy způsobený kritickými událostmi nebo takovými životními událostmi, které vyžadují zásadní změny a řešení. [35]

V psychiatrii, psychologii a psychoterapii to je výraz pro extrémní psychickou zátěž, nebezpečný stav, životní událost, rozhodný obrat v léčbě. Je také chápána jako období přechodu mezi vývojovými stádii.[10]

Krizovou situaci lze charakterizovat jako situaci vyostřenou v relativně krátkém čase, kterou (na rozdíl od náročné životní situace) již není jedinec schopen sám překonat a vnitřní či vnější zátěž zvládnout pomocí vlastní strategie.[12]

5.2 Krizové situace lze rozlišit na:

- **traumatické** – tj. nepředvídatelné a velmi bolestivé (ztráta blízké osoby, úraz, vážné onemocnění, živelní pohroma aj.)
- **situace vznikající jako důsledek životních změn** – jež objektivně přicházejí (stěhování, ztráta zaměstnání, klimakterium, odchod do důchodu, opuštění rodičovského domu).[47]

5.3 Rozdělení krizových situací, dle zásahů HZS:

5.3.1 přírodní pohromy

dlouhotrvající sucha, horké suché či vlhké letní dny; povodně velkého rozsahu; jiné živelní pohromy velkého rozsahu – např. rozsáhlé lesní požáry, sněhové kalamity, vichřice, sesuvy, zemětřesení.[29]

5.3.2 technologické

provozní havárie a havárie spojené s infrastrukturou; radiační havárie velkého rozsahu; havárie velkého rozsahu způsobená vybranými nebezpečnými látkami a chemickými přípravky; jiné technické a technologické havárie velkého rozsahu – požáry, exploze, destrukce nadzemních a podzemních částí staveb, narušení hrází významných vodohospodářských děl se vznikem zvláštní povodně, znečištění vody, ovzduší a přírodního prostředí haváriemi velkého rozsahu.[29]

5.3.3 pohromy přímo narušující rovnováhu lidské společnosti

defekty v životním prostředí: hromadné nákazy polních kultur (epifytie), hromadné nákazy zvířat (epizootie); defekty v lidské společnosti: epidemie, pandemie, narušení veřejné bezpečnosti a pořádku, ekonomické stability, územní a společenské infrastruktury, informačních technologií, komunikací, války, ozbrojené konflikty, kriminalita, terorismus atd.[29]

Mezi nečetnější rizika, se kterými se potýkají hasiči – záchranáři při výjezdu jsou dle Pelcáka a Koukoly (1998) například popálení, vdechování horkých par, kontaktní účinek vysokých teplot na povrch těla, vdechování jedovatých plynů, náraz odletujících částic, ohrožení vibrací či hlukem nebo ztráta orientace v kouři a následné ohrožení či ztráta života.[25]

6 KRIZOVÁ INTERVENCE:

Poté, kdy jsme si objasnili zákonitosti a význam krize, můžeme se zabývat samotnou krizovou intervencí. Nejprve si vysvětleme pojem intervence. „Každá krizová intervence se snaží především umožnit člověku vnitřní kontakt s jeho krizí, navázat s ní vztah...je snaha vytvořit odstup mezi krizí a člověkem, aby byl schopen zaujmout ke krizi vědomý vztah...otevřít ono zúžení, omezení, v němž se člověk nalézá...krizová intervence má nakonec přispět k tomu, aby si člověk dokázal pomoci sám“[14]

Pojem krizová intervence v sobě zahrnuje dvě základní sdělení – jde o určitý druh odborné práce s člověkem, který se ocitl v krizové situaci a o přístup ze strany krizového pracovníka, který je aktivní a spočívající z hlediska času v rychlém až okamžitém zásahu (intervenci). Krizová intervence má významný preventivní potenciál.[42]

Krizová intervence je pomoc klientovi v situaci, kterou osobně prožívá jako zátěžovou, nepříznivou, ohrožující, většinou se objevující náhle, nečekaně. Je zaměřena na řešení akutního problému – vede k identifikaci problému, zklidnění a snížení úzkosti a rozbouraných emocí, nalezení opor a stabilních prvků v krizové situaci, získání pocitu alespoň částečné kontroly nad vnější situací a/nebo svým prožíváním situace.[57]

V širším slova smyslu je krizová intervence metodou, která používá uspořádané a návazné postupy k dosažení cíle, kterým je vyřešení momentální situace a obnovu lidských sil od nejmenšího cíle, který je návrat na předkrizovou úroveň k největšímu cíli, pokrizovému růstu. A v užším smyslu jsou to vhodně zvolené techniky a strategie při jednání s člověkem, který se ocitl v nepříznivé situaci. Obecně řečeno se jedná o zásah v krizi.[3]

6.1 Formy krizové Intervence:

- právní
- sociální
- lékařská
- psychologická[37]

6.2 Znaky krizové intervence:

- je poskytovaná okamžitě
- redukuje akutní ohrožení poskytováním emocionální podpory, zajištění pocitu bezpečí a pomocí materiální uspokojením základním životních potřeb
- zaměřuje se na aktuální problém a aktuální situaci, tady a teď
- je časově ohraničená
- intenzivní kontakt pracovníka s klientem, může to být i každodenní setkání
- pracovník používá strukturovaný hovor, je aktivní a někdy používá i direktivní přístup v situacích ohrožujících život či smrt
- přístup ke klientovi je zcela individuální.[37]

6.3 Fáze krizové intervence:

- **Příprava konzultace:** Začíná již před příchodem klienta.
- **Úvodní fáze konzultace:** Probíhá ještě před tím, než klient začne popisovat svůj problém.
- **Práce s klientem a jeho příběhem:** V této části seznamuje klient pracovníka se svým příběhem. Začíná se vytvářet zakázka, se kterou se dál pracuje.
- **Závěr konzultace:** Pracovník s klientem uzavírá kontrakt o další spolupráci.[37]

6.4 Typy krizové intervence

6.4.1 Krizová intervence tváří v tvář

Krizová intervence tváří v tvář může mít charakter osobního setkání pracovníka krizové intervence s klientem, tzv. „tváří v tvář“.[37]

Je to „takové zprostředkování pomoci, jímž terapeut odpovídá na daný stav a vážnost krizového stavu, s nímž se na něho pomoc hledající obrátil. Specifickým způsobem jde o první pomoc v oblasti psychiky člověka, který se ocitl v krizovém stavu“.[8]

Všemi formami se prolíná model krizové intervence „ABC“. „Je to metoda vedení krátkých rozhovorů s jedincem jehož schopnosti a možnosti běžného fungování byly významně narušeny v důsledku krize“. I když model krizové intervence ABC je prezentován jako třístupňový, v praxi mohou být komponenty kterékoliv fáze použity kdykoliv během rozhovoru intervanta s klientem.

Skládá se z těchto bodů:

- vytvoření a udržení kontaktu,
- identifikace problému a intenzivní zaměření na krizi,
- vyrovnání se s krizovou situací.[37]

6.4.2 Krizová intervence telefonická (TKI)

Telefonická krizová intervence zahrnuje poskytování pomoci osobám v krizové situaci prostřednictvím telefonu. Tuto službu například poskytuje linka důvěry, help-line, crisis intervention over phone.[36]

Při telefonickém kontaktu s klientem v krizové situaci často není možné proniknout do celé hloubky problému. Tento kontakt s klientem je nezávazný, pod kontrolou ho má sám klient – může kontakt kdykoli svobodně přerušit. Telefonická krizová pomoc je založena na vysokém stupni bezbariérovosti.[43]

TKI má v České republice tři základní formy:

- **Specializované linky zaměřené na určitou problematiku** – tzv. hot line (např. AIDS, drogová problematika),
- **Kontaktní linky** – (nemusí sloužit pouze klientům v krizi) – v některých krizových, kontaktních centrech či v občanských poradnách jsou obvykle k dispozici klientům daného pracoviště pro navázání prvního kontaktu,
- **Linky důvěry (LD)**, které se nespécializují jen na určitou problematiku, jsou pro celou populaci nebo jen pro děti či dospělé.“[9]

Cíle TKI jsou shodné s cíli krizové intervence tváří v tvář. Při TKI je však potřeba pracovat s velkou intenzitou, protože zaměstnanec linky důvěry musí udělat maximum v době kontaktu, neboť toto spojení může být z mnoha příčin kdykoli přerušeno. Je tedy nutné

s klientem navázat kvalitní vztah hned v úvodu hovoru, aby mu byla usnadněna komunikace a vyjadřování emocí, „terapeut se musí rozhodovat ihned, bez otálení, odkladů, prodlev, je žádán o pomoc ve vypjatých chvílích toho, kdo je v krizovém stavu a musí se rozhodovat bezprostředně“[8]

6.4.3 Na internetu:

Internetová pomoc je nyní další dostupnou a využívanou formou pomoci. Využívají jí především lidé, kteří vyhledávají anonymitu, která je spojená se sociální stigmatizací. Může se jednat například o lidi, kteří řeší problematiku AIDS, drog, odlišné sexuální orientace nebo násilí. Může být také prospěšná u lidí, kteří mají zdravotní problémy a nemohou se dostat do krizového centra.[37]

V průběhu krizové intervence nabízí pracovník klientovi pomoc s cílem:

- 1) usnadnit komunikaci (jak mezi klientem a pracovníkem, tak ale převážně mezi klientem a jeho okolím),
- 2) umožnit klientovi správný odhad problému a jeho účelné řešení,
- 3) pomoci klientovi při vyjadřování emocí,
- 4) pomoci klientovi opět získat sebedůvěru,
- 5) zmapovat možnosti podpory v okolí klienta (jak laické, tak profesionální). Má-li být krizová intervence účinná, je nutné využít intervalu zvýšené otevřenosti pro vnější pomoc a možnost změn. Jakmile akutní krize odezní, motivace a připravenost ke změnám se zmenšuje.[58]

Krizová intervence v sobě nese důležité poselství:

Krizi je možné překonat, zvládnout, „dostat se z toho“, uzdravit se z ní“. Tuto naději může klient zcela zahlcený krizí pomalu, ale jistě ztrácet. Proto „je nezbytné v rámci krizové intervence u klienta posílit, případně obnovit naději na změnu a zprostředkovaně tak posílit jeho kompetenci krizi řešit“[36]

Krizová intervence sestává obvykle z 5 - 40 sezení a může vyústit v návaznou dlouhodobou psychoterapii.[11]

6.5 Cíle krizové intervence:

- **Aktuální** – uklidnit klienta, stabilizovat jeho stav, snížit nebezpečí, že se krize bude nadále prohlubovat,
- **perspektivní** – propracovat s klientem blízkou budoucnost, hledat v případě nutnosti další možnosti řešení.

Cílem krizové intervence nemusí být odstranění symptomů, ale rozpoznání krizového podnětu, případně jeho dynamického významu v kontextu klientovy životní historie.[59]

7 ZÁTĚŽOVÉ SITUACE V PROFESI HASIČE

Dalším průvodním jevem záchrany osob je značné fyzické, ale také psychické vypětí sil samotných záchranářů. Důvodů, proč tomu tak je, je několik. Fyzické vypětí je spojeno se snahou provést úkony spojené se záchranou v co možná nejkratším časovém úseku, přitom se často opakovaně překonává značný výškový rozdíl, dopravují se technické prostředky velké hmotnosti, zásah je prováděn za použití dýchací techniky, ve výškách nebo naopak v prostorách stísněných, za přítomnosti toxických látek nebo vysokých teplot atd. To jsou všechno faktory kladoucí nemalé nároky na trénovanost hasičů záchranářů.[44]

Mezi fyzickou a psychickou zátěží existuje přímá spojitost. Nelze je proto posuzovat odděleně. I fyzicky velice zdatný člověk nebude moci podat plný výkon, jestliže jeho psychika bude narušena například úzkostí, strachem z vykonávané činnosti nebo z jejich možných důsledků. Stejně jako člověk prožívající momentálně problémy ryze soukromého rázu (nemoc v rodině, úmrtí, partnerské vztahy apod.).[44]

Faktory snižující pracovní a odborný potenciál hasiče - zátěž

Žijeme ve složité, technicky, organizačně i sociálně náročné době. Uvedené konstatování platí obecně. Tím víc platí pro profesi a povolání plnicí náročné úkoly ochrany zdraví a majetku občanů našeho státu. Při této činnosti se generuje psycho - fyziologická zátěž z následujících faktorů:

- *Tempa práce a množství informací*, které vyvolávají časový tlak.
- *Odpovědnosti* za včasné vyřešení MU, se všemi riziky a včasností operačních a strategických rozhodnutí.
- *Problém vnitřního nesouhlasu* jednotlivého záchranáře, který generuje nedorozumění nebo nesouhlas s realizovaným postupem v daném okamžiku řešení MU.
- *Vnějších faktorů prostředí* při práci v extrémních teplotách, hluku, exhalacích, agresivních kapalinách atd.

Uvedené faktory vyvolávají pocity vnitřního napětí. Buď převažuje individuální vzrušení organismu, které provází každé úsilí směřující k dosažení vybraného cíle a vliv sociálních faktorů je nevýznamný, nebo generuje převážně ze sociálních vztahů, které vznikají mezi lidmi navzájem, nebo mezi lidmi a širším sociálním prostředím. Jejich působení může mít

kladný vliv na celkový průběh situačního prožívání, který podněcuje k překonávání překážek, nebo se může vyvíjet negativním směrem s expozicí prvků neochoty, okázalosti, nekritičnosti, nízké pracovní morálky atd.[38]

Možné zátěžové situace v profesi hasiče:

Záchrana osob a činnost hasičů u nejrůznějších typů zásahů je mnohdy značně fyzicky náročná. U trénovaných jedinců, zvyklých na pravidelné zatěžování organismu nejrůznějšími druhy sportu, nevzniká až takové riziko vyčerpání. Bohužel ne všichni se mohou pochlubit dostatečnou kondicí, která je pro činnost hasiče základním stupněm. Právě u těchto skupin netrénovaných osob může dojít při extrémním jednorázovém výkonu nebo při déletrvající náročné práci k vyčerpání sil. Tento faktor nepodceňujeme. Při zásahové činnosti se mnohem rychleji odčerpají síly, než například při běhu parkem. Okolnosti, které stěžují člověku jeho činnost, je mnoho. Teplo, dýchací přístroje, strach, úzkost atd. Přibližme si nyní fyziologické hledisko vyčerpání organismu.[44]

7.1 Psychická zátěž

Škála stresových faktorů je velmi rozmanitá. Počínaje pracovním režimem – stálý život ve skupině, polovojenská disciplína, 24 hodinové služby a služby o víkendech a svátcích, které komplikují rodinný život. Psychiku dále velmi ovlivňuje vědomí možného osobního ohrožení a zodpovědnost za cizí majetek, zdraví a životy, pohled na raněné a mrtvé. A také zdánlivé maličkosti, jako např. nemožnost si při práci v ochranné masce setřít pot. Každé vyhlášení poplachu vyvolá u členů výjezdové skupiny psychický stres, jehož velikost závisí na subjektivním očekávání nebezpečnosti situace, psychické odolnosti jedince i stavu, ve kterém se bezprostředně nachází – fyzická aktivita, spánek apod.[7]

8 STRESOVÁ SITUACE:

Stresovou situací mohou být např. klimatické změny vnějšího prostředí, nedostatek odpočinku, ohrožení zdraví či sociální pozice, nutnost změny stereotypů, stejnorodá činnost, ztráta životních perspektiv, konflikty, frustrace, deprivace emoční a sociální, ohrožení života a základních hodnot, obrovské množství informací a pokynů nebo naopak málo informací, když se máme o něčem rozhodovat, deficit schopností vzhledem k úkolové situaci, čekání, nedostatek času, přerušování činnosti a rychlé přepínání pozornosti, výkon rizikové činnosti s možností negativních důsledků, nepřátelské chování sociálního prostředí vůči jednotlivci, nedostatek soukromí apod. Podstatné však je, že má-li se určitá situace stát stresující, musí být pro jedince silně emotivní. Podnět, který v nás nevyvolává emoce, nemůže být stresorem.[21]

8.1 Stres

Stres je termín vyjadřující zátěž, břímě, tíseň nebo tlak. Může být akutní nebo chronický. Je to soubor reakcí člověka na vnitřní a vnější změny narušující normální chod funkcí organismu či dokonce ohrožující jeho existenci. Příčina, která stres vyvolala, se nazývá stresorem.[16]

Lucká a Koblíček v knize „Krizová intervence“ popisují stres, jako nespecifickou odpověď organismu na jakoukoli zátěž, která je na něj kladena.[19] Špatenková v knize „Krise: psychologický a sociologický fenomén“ popisuje stres, jako výsledek vztahu, mezi určitou silou působící na člověka a schopností organismu odolávat tomuto tlaku.[36]

Hans Seyle říká:

„Ano, máte pravdu, stres je abstraktní pojem. Ale stejně abstraktní je třeba i vítr, elektřina a mnoho jiných silových polí, o nichž pojednává fyzika. Pravdou je, že sám pojem „život“ je abstrakcí. A přece se jím zabývá celá jedna vědní oblast – biologie. Měli bychom si uvědomit, že stres je určitým stavem těla i mysli a má na ně určitý dopad. Projevuje se řadou objektivně zjiřitelných chemických a fyziologických dění v orgánech těla. Je mimořádně důležité, abychom si tuto skutečnost uvědomili a počítali s ní.“[17]

8.2 Průběh vzniku stresu:

ZDRAVÍ \Rightarrow NAPĚTÍ \Rightarrow STRES \Rightarrow ŠPATNÝ ZDRAVOTNÍ STAV

V současné době není stres chápán jako jednostranně škodlivý důsledek působení zátěže, ale jako proces ve kterém člověk jedná a reaguje na své okolí. Jedná se v podstatě o normální reakci v nenormální situaci.

Matka příroda nás vybavila reakcí na stres. Změny v organismu, na který působí stresor jsou nespecifickými adaptačními reakcemi. Nespecifické proto, že různé stresory vyvolávají obdobnou nebo stejnou odpověď. Adaptační proto, že se subjekt, záchranář snaží adaptovat, to znamená přizpůsobit se, akceptovat jejich vliv.[38]

8.3 Faktory stresu

- stres je ve vysoké míře individuální,
- stres existuje v životě každého člověka a není hned negativní; teprve přemíra stresu s jeho trváním jsou škodlivé a mohou poškodit zdraví,
- stres je všeobecný syndrom přizpůsobení, jedná se o nespecifickou reakci organismu na jakýkoli druh zátěže, která slouží k přizpůsobení organismu těmto zátěžím,

8.4 Dělení stresu

Dle autorů z kterých jsme vycházeli můžeme stres rozdělit do několika kategorií. Toto dělení je známé a poměrně často používané v různých literaturách a periodikách.

8.4.1 Eustres

je přívětivou tvář stresu. Větší míra eustresu způsobuje větší odolnost a člověk se ze života spíše těší. Eustres vytváří stabilitu pro případnou expozici distresem, proto je důležité tuto formu stresu vyhledávat a nalézat ho v běžných radostech života. Lidé, kteří takto přistupují k životu, lépe zvládají jeho těžkosti a mají stabilní osobnost. Tento přístup má i své limity, protože neustálá transformace distresu na eustres, by vedla ke konfrontaci s realitou a jedinec by se nedokázal neustále bránit nepříznivým aspektům života.[26]

8.4.2 Disstres

je opakem eustresu – Distres bývá chápán jako negativně prožívaný stres. Jedná se o zvláštní formu stresu, která je vždy vědomá a vede k pozorovatelným změnám. Zároveň je distres subjektivně vnímán jako neschopnost se vyrovnat s kladenými nároky a s pocitem, že člověk ztrácí nad situací i nad sebou kontrolu. Distres tedy může navozovat úzkost, depresi a beznaděj. Stejně tak může u jedince podporovat vznik fobií tím, že se člověk už nikdy nechce dostat do situace distres způsobující.[10]

8.4.3 Hypostres

je stres, který ještě nedosáhl obvyklých tolerancí (např. u ministresorů, plíživých negativních vlivů monotónnosti, nudy, frustrace).[17]

8.4.4 Hyperstres

je nadměrný, příliš vysoký stres přesahující hranici adaptability individua, stres vedoucí k psychosomatickému zhroucení.[16]

8.5 Stresory:

Stresorem je každý vliv nebo podnět, který na člověka působí negativně a vyvolává stres.[17]

Existuje celá řada negativních zátěžových faktorů - stresorů a jejich výčet nemůže být nikdy úplný, vzhledem ke skutečnosti, že jde o subjektivní emocionální vnímání a reakce. Každý člověk může reagovat na stejný stresor jiným způsobem a vnímat ho s odlišnou intenzitou. Spouštěčem může být jak vnitřní prožitek, tak životní událost, která může mít pro jedince zásadní význam.[14]

„Žádný podnět sám o sobě nemůže být kvalifikován jako stresor. Naopak se za určitých podmínek může stát stresorem každý podnět“.[20]

8.5.1 Dělení stresorů

Tyto stresové vlivy jsou většinou komplexní, a proto třídění má jen systematizující význam. Fyzický stres má svou odezvu v psychice, a naopak, psychický stres má svou odezvu ve fyzických funkcích. I tak existuje dělení stresorů podle různých kritérií.[70]

Tab. 2. Dělení stresorů

	Příklady stresorů
Fyzikální	Teplo, zima, hluk, málo/příliš světla, sucho, zápach atd.
Biologické	Hlad, žízeň únava, nemoc, bolest, nedostatek spánku atd.
Psychologické	Strach, úzkost, hněv, negativní myšlení, nízké sebehodnocení
Sociální	Konflikty, napětí v interpersonálních vztazích
Spirituální	Ztráta smyslu

8.5.2 Z kvantitativního hlediska rozlišujeme:

- **mikrostresory** - stresory mírné až velmi mírné povahy (např. dlouhodobě pociťovaný nedostatek lásky, nebo dlouhodobé ponižování člověka v mezilidských vztazích). Tyto mikrostresory se dlouhou dobu kumulují, až dosáhnou hranice, kdy už u člověka vyvolávají vnitřní tíseň.
- **makrostresory** - děsivé, deptající vlivy s destruktivním účinkem, které překračují hranice zvladatelnosti.[18]

8.5.3 Podle déky působení rozlišujeme:

Krátkodobé stresory a dlouhodobé stresory:

Krátkodobým stresorem může být např. bolest, vystavení extrémním teplotám, vyrušení z činnosti, neúspěch při řešení problému apod. Příkladem dlouhodobého stresoru pak může být např. svěřeni vysoce odpovědných úkolů, nasazení vojáků v dlouhodobé akci apod.[17]

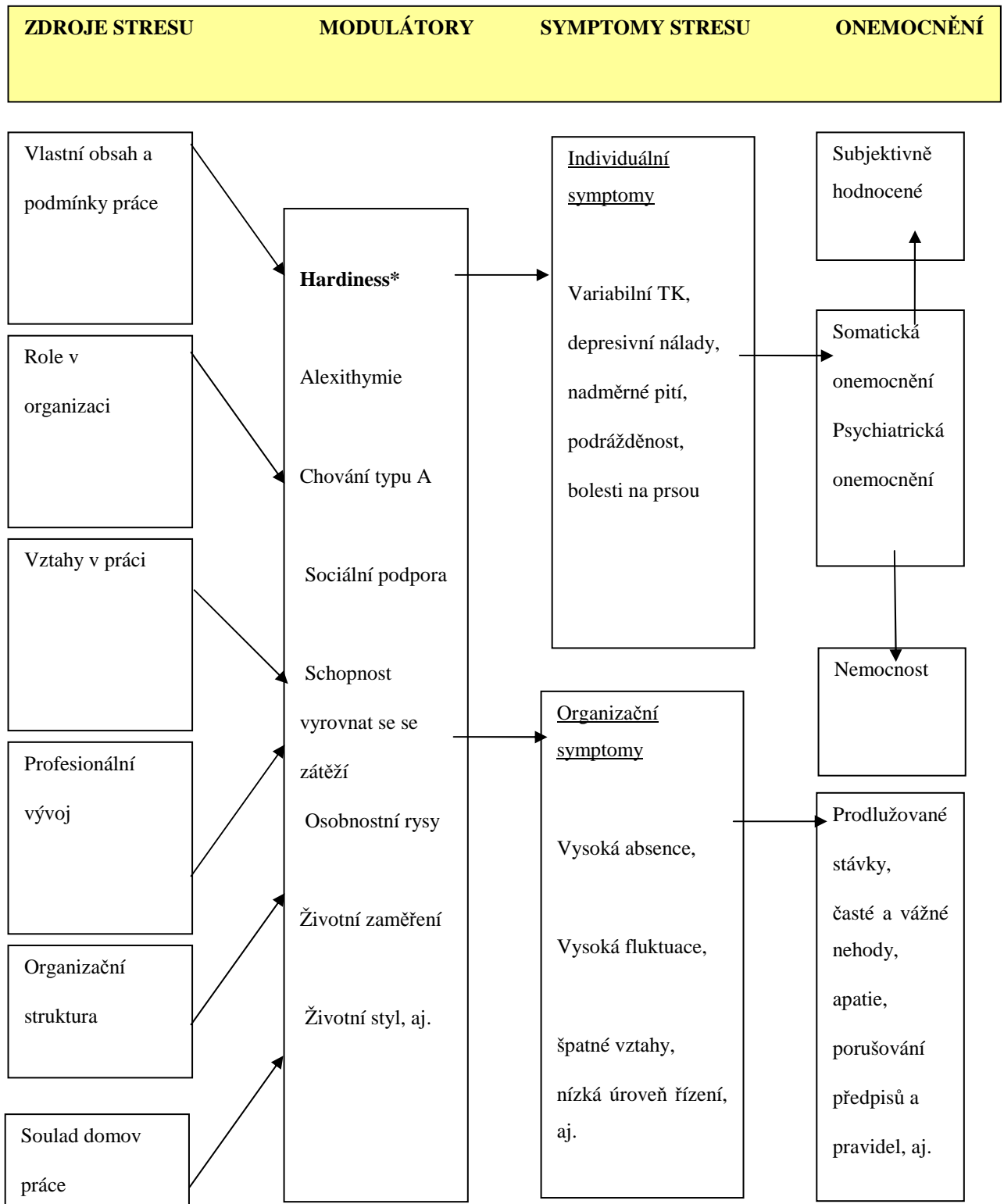
8.6 Příznaky stresu

1) Fyziologické či tělesné potíže: bušení srdce, nepravidelné činnost srdeční arytmie, bolesti nebo tlak v hrudi, přechodné zvýšení krevního tlaku, poruchy zažívání (zácpa, průjmy, žaludeční potíže), pocení, poruchy prokrvení, bolesti v kříži a zádech, třes, škubání víček, pláč, ztuhlé svaly, sucho v ústech, časté močení, sexuální potíže.

2) Psychické potíže (emociální, subjektivní): pocit vyčerpání, nespavost, děsivé sny, přemýšlení o problémech, ranní únava, úzkostnost, pocity napětí, pocit ohrožení, vztek, agresivita, pocit samoty, zhoršená paměť, poruchy soustředění, předrážděnost, netrpělivost, přecitlivělost, bolesti hlavy, ztráta radosti z práce.

3) Změny v chování (činnosti): přejídání, nechutenství, vyhýbání se povinnostmi, zvýšená gestikulace, různé útočné postoje, rychlá chůze, okusování nehtů, přecházení z místa na místo, skákání do řeči, zvýšené pití alkoholu, nadměrné kouření.[11]

Schéma vztahu pracovních stresorů, stresu a jeho důsledků:



8.7 Průběh stresové reakce (adaptační syndrom)

- a) Vjemový impuls (mozek – mezimozek) vyvolá strach.
- b) Tento podnět prochází dál prostřednictvím sympatického nervu a aktivizuje nadledvinky.
- c) Morek nadledvinek uvolňuje do oběhu „stresové hormony“ adrenalin (hormon vyvolávající touhu po úniku) a noradrenalin (hormon vyvolávající touhu po útoku).
- d) Svaly se reflexivně napnou.
- e) Tyto hormony zrychlují srdeční tep, zvyšují krevní tlak.
- f) Rezervy cukrů a tuků se odbourávají. Energie při tom uvolněná působí na svaly jako injekce hroznového cukru (sešlápnutí plynového pedálu naplno“).
- g) Nyní následuje akce (útok, únik nebo ztuhnutí – tzn.že se nestane vůbec nic).
- h) Podvěsek mozkový (hypofýza) aktivizuje prostřednictvím látky ACTH (přenášející informaci) nadledvinky k uvolnění hormonů hydrocortisonu zvyšujícího práh bolestivosti.
- i) Tělesné funkce jsou sníženy nebo zcela zastaveny: trávení (zácpa nebo průjem vyvolaný strachem), pohlavní pud (impotence), snížení imunity (zvýšená náchylnost vůči infekčním onemocněním). Vnitřnosti a pokožka jsou méně prokrvovány (bledost obličeje, studené ruce a nohy, mrazení).
- j) Červené krvinky zaplavují tepny (vysoký přívod kyslíku, rychlé vylučování oxidu uhličitého), faktor krevní srážlivosti se rázem zvýší.
- k) Blokáda myšlení.[31]

8.8 Škodlivé působení stresu

Stres slouží k rychlé obrané reakci organismu na akutní ohrožení. Energii, kterou stres vyvolává využívá člověk k sebezáchovné reakci. Dostane-li se člověk do situace, kdy nemůže konflikt řešit ani útokem ani útekem, všechny fyziologické reakce vyzní naprázdno. To je hlavním důvodem škodlivého působení stresu. Vybuzená energie není

fyzicky zpracována a tím pádem nedochází k metabolickému odbourávání zplodin, které v těle vznikají. Tyto zplodiny se usazují v různých tkáních a mohou vést k funkčním poruchám, které vedou k onemocněním spjatým s činností vnitřních orgánů. Při stresové reakci se do krve uvolňují látky jako jsou katecholaminy, kortizon a prokalin a přirozené opiáty, beta a endorfiny a enkefaliny. Tělo se snaží soustředit všechnu energii na bezprostřední vnější nebezpečí, které ohrožuje organismus momentálně více než útok mikroorganismů zevnitř. Neblahým důsledkem zvýšení hladiny těchto hormonů je narušení funkce imunitních buněk. Je-li stres dlouhodobý a intenzivní, dochází k trvalému snížení naší obranyschopnosti. Je zde riziko větší náchylnosti k virovým onemocněním v důsledku narušení krevní srážlivosti také k infarktu myokardu a pravděpodobně k většímu riziku vzniku rakoviny. Mezi onemocnění vznikající v souvislosti s dlouhodobou psychickou zátěží patří např. srdeční a cévní choroby, trávicí poruchy (zácpa, průjem, vředy, potíže se žlučníkem), snížená imunita, náchylnost k infekčním chorobám, chronické bolesti (zad, hlavy), alergie, ekzémy, astma, sexuální poruchy, impotence, některé typy cukrovky, rakovina a další. Na vzniku uvedených onemocnění se pochopitelně podílí celá řada dalších faktorů.[5]

8.9 Zvládání stresu

Hasiči patří do skupiny lidí, kteří se při své práci často dostávají do kontaktu s lidským neštěstím, a jako takovým jim hrozí především „profesní vyhoření a cynismus, problémy v rodině a mezilidských vztazích, zvýšené užívání léků a alkoholu a posttraumatické emoční a tělesné potíže.“[46]

Dle Švába (2006) může být při náročných zásazích zasaženo akutním stresem až 85 % nasazených záchranářů. Proto je stále nutné vysvětlovat hasičům, že reakce na stres jsou normální reakce člověka v nenormální situaci. Velmi významně kladně ovlivňuje hladinu zátěže pohovor o náročných prožitcích s kolegy nebo velitelem.[38]

Pro zmírnění následků stresu je důležité tělesné i duševní zdraví. Kdo se cítí fit je klidnější. Je dobré mít správnou životosprávu, přiměřenou tělesnou hmotnost a také nekouřit či pít alkohol. Další důležitou komponentou pro zvládání stresu je efektivní trávení volného času hasiče- záchranáře, které má za následek větší odolnost proti přetížení a to jak fyzickému, tak psychickému.[38]

Existují určité metody, které se v některých situacích po prožití silné zátěži dají použít a jsou uváděny jako první pomoc ve stresu. Mezi tyto techniky patří protistresové dýchání, chvilková tělesná relaxace, koncentrace, odejít a zůstat chvíli sám, změna činnosti, poslech relaxační hudby, rozhovor s někým třetím, cvičení.

Pokud má být záchranář užitečný, aby mohl pomáhat je nutné aby sám znal své schopnosti a zejména se uměl vyrovnávat s nároky své profese.[4]

9 PSYCHOLOGICKÁ SLUŽBA HZS ČR

9.1 Vznik psychologické služby HZS ČR

Psychologická služba Hasičského záchranného sboru České republiky byla založena v roce 2002 a to zejména za základě zvyšující se náročnosti profese hasič – záchranář a zavedení služebního poměru HZS.[38]

A následně dal generální ředitel HZS ČR a náměstek ministra vnitra pokyn krajským ředitelům HZS k tomu, aby zřídili jednotlivá psychologická pracoviště a obsadili je odbornými pracovníky, kteří budou seznámeni se specifikami činnosti a podmínkami služby u HZS ČR.[64]

Mezi zasahujícími hasiči však k této službě panuje spíše rezervovaný postoj. „Na nabídku setkání hasičů po zásahu s psychologem, kde by byl zásah konzultován s psychologického pohledu, se 23 % hasičů vyslovalo vyloženě proti tomuto setkání a 32 % by si ho spíše nepřálo. Naproti tomu by ho uvítalo 28 % respondentů.“[22]

9.2 Základní pilíře psychologické služby HZS ČR

9.2.1 Zajišťovat posttraumatickou péči o příslušníky HZS ČR

- poskytovat psychologickou pomoc k odstraňování pozásahového stresu příslušníků HZS ČR,
- provádět školení a výcvik ke zvýšení psychické odolnosti a sociální kompetence řídicích a výkonných pracovníků, participovat na odborné přípravě příslušníků HZS ČR,
- poskytovat psychologické služby příslušníkům HZS ČR v rámci rekondičních programů při ozdravných pobytech.[32]

9.2.2 Zabezpečovat podklady pro personální práci a výkon služby

- provádět ověřování duševní způsobilosti nových uchazečů o službu u HZS ČR podle § 3 zákona č. 186/1992 Sb., o služebním poměru příslušníků Policie České republiky, ve znění pozdějších předpisů,

- provádět psychodiagnostická vyšetření hasičů z povolání, stanovená v § 37 vyhlášky č. 247/2001 Sb., o organizaci a činnosti jednotek požární ochrany,
- při výběrových řízeních na vyžádání ověřovat osobnostní způsobilost příslušníků HZS ČR pro zařazení do řídicích a speciálních funkcí,
- podle zadání služebního funkcionáře provádět psychologická vyšetření a poskytovat odborná stanoviska při rozhodování v personálních otázkách.[32]

9.2.3 Pomáhat obětem mimořádných událostí

- poskytovat psychologickou pomoc obětem nehod a katastrof, podílet se na přípravě zdrojů psychologické pomoci v regionu a koordinovat jejich využití při mimořádných událostech většího rozsahu,
- podle potřeby, související s výkonem služby, poskytovat psychologické služby rodinám příslušníků HZS ČR.[32]

9.3 Úkoly psychologického pracoviště HZS ČR

9.3.1 Psychologická pracoviště HZS ČR plní například tyto úkoly:

- a) poskytují preventivní psychologické služby hasičům, kteří se zúčastnili zvláště psychicky náročného zásahu, utrpěli zranění při zásahu, eventuálně při zásahu selhali, popř. způsobili dopravní nehodu;
- b) provádí odbornou přípravu velitelů jednotek k poskytování primární pomoci hasičům po traumatizujícím zážitku při zásahu;
- c) poskytují sociálně psychologickou podporu jednotlivým pracovištím HZS krajů (zkoumají sociální klima pracovišť, provádějí expertní činnost, vedou školení a odborné kurzy zaměřené na zvyšování sociální kompetence řídicích i výkonných příslušníků a občanských zaměstnanců HZS ČR;
- d) provádějí psychologická vyšetření uchazečů o přijetí do služebního, případně pracovního poměru. Spolupracují při vytváření regionálního systému náborové a výběrové činnosti;
- e) spolupracují při řešení mimořádných událostí, které vyžadují psychologickou intervenci;

f) podílejí se na vytváření, koordinaci a školení členů intervenčních týmů (včetně dobrovolných pracovníků) ve své územní působnosti, pro případy mimořádných událostí velkého rozsahu;

g) podílejí se na zpracování informačních materiálů pro případy ohrožení obyvatelstva a podle potřeby sondují jejich psychologický dopad na veřejnost.[68]

9.4 Psycholog HZS ČR

Psycholog ve všech aktivitách postupuje v souladu s uvedenými etickými pravidly a s vědomím nutnosti žádoucí reprezentace svého stavu i Hasičského záchranného sboru ČR.[5] Práce psychologa se obvykle odehrává v interakci mezi psychologem a klientem. Aby psycholog mohl klientovi pomoci, musí být v této interakci přítomny dva předpoklady: 1. dovednost a 2. důvěra. Zcela jednoduše řečeno - psycholog musí mít specifické dovednosti, na straně klienta je pak nutnou podmínkou úspěchu alespoň minimální důvěra vůči psychologovi. Pokud jeden z těchto dvou předpokladů chybí, nemůže psycholog svému klientovi pomoci.[17]

Dalšími takovými událostmi, které vyžadují povolání psychologa jsou události, při kterých jsou vystaveni nadlimitnímu stresu příslušníci HZS ČR, nebo zásahy při nichž je obětí blízká osoba pracovníka HZS, těžké poranění nebo smrt dětí a obecně zásahy s větším počtem poraněných či mrtvých osob. Psycholog, který zajišťuje koordinaci psychosociální pomoci v rámci IZS při zásahu, musí být na místě zásahu označen zvláštní vestou s nápisem „Psycholog.[69]

9.4.1 Etický kodex psychologa HZS

1. Zodpovědnost
2. Kompetence
3. Morální a právní aspekty
4. Důvěrnost
5. Prospěch klienta
6. Profesionálnost vztahů
7. Používání technik

8. Výzkum

9. Aktivity na veřejnosti

10. Zodpovědnost vůči zaměstnavateli.[70]

10 TRAUMA:

Posttraumatická stresová porucha jinak také nazývána jako reakce na závažný stres vzniká jako reakce na traumatickou událost.[60]

10.1 Akutní stresová reakce:

Jedná se o přechodnou poruchu, která se dostavuje okamžitě po vystavení mimořádně stresující události nebo situaci u duševně zdravé osoby. Obvykle odeznívá v průběhu několika hodin či dnů.[6]

10.2 Trauma:

Náhle vzniklá situace, která má pro jedince výrazně negativní význam, vede k určitému poškození nebo ztrátě. Projeví se především potížemi v emoční oblasti, traumatizovaný člověk ztrácí pocit jistoty a bezpečí, prožívá úzkost, která je vyjádřením jeho obav do budoucnosti, i smutek, jež lze chápat jako truchlení nad ztrátou něčeho důležitého.[40]

10.3 Vznik traumatu:

V našich podmínkách se vyskytují následky psychického traumatu nejčastěji v souvislosti s nehodou, železničním či důlním neštěstím, požárem, znásilněním, sexuálním zneužitím, týráním, přepadením, únosem, pokusem o vraždu nebo jinou násilnou trestnou činností. „To se týká nejen obětí, ale i náhodných svědků takových činů“.[41]

Psychickou traumatizaci lze rozdělit na tři formy:

- primární traumatizace - člověk je přímým cílem agrese (např. zabití, zranění, mučení, znásilnění, vyhoštění, nucené pasivní přihlížení vraždě),
- sekundární traumatizace - podnětem je blízká zkušenost s traumatizací jiné osoby (např. rodina zabitého, mučeného, pohřešovaného apod.),
- terciální traumatizace - člověk není v přímém vztahu k oběti traumatizace, ale je v kontaktu s primárně či sekundárně traumatizovanými (jako svědek, člen perzekvované skupiny, humanitární pracovník nebo terapeut).[41]

10.4 Traumatická událost

Různí lidé reagují na traumatické události různým způsobem. Obecně však lze hovořit o obvyklém sledu psychických reakcí. Oběti jsou nejdříve ohromeny až omráčeny a působí dojmem, že si způsobená zranění, prožité nebezpečí, respektive jiné následky ani neuvědomují. Paradoxně v tomto stádiu mohou být dezorientované, neschopné racionálního jednání spočívající buď i jen v rychlém útěku z místa vzniklého nebezpečí. V dalším stádiu přetrvává pasivita, ale oběti nejsou schopné vlastní iniciativy, ale obvykle dokáží reagovat na pokyny jiné osoby a např. snadno ji následovat do bezpečí. Ve třetím stádiu již dojde k obnově většiny psychických funkcí až do normálního rozsahu, ale oběti stále pociťují úzkost a obavy, nemohou se soustředit a opakují vyprávění o průběhu krizové situace.[1]

Traumatizováni přitom nebývají jen sami postižení, přímé oběti neštěstí. Baštecká nabízí pět skupin lidí zasažených takovou náročnou situací.

- „Oběti přímé (primární) = účastníci neštěstí či hromadného neštěstí, kteří byli v nejvyšší míře vystaveni jeho působení;
- Příbuzní a přátelé obětí přímých, případně pozůstalí (oběti sekundární);
- Záchranáři a pomáhající pracovníci = vyprošťující, resuscitační a terapeutický personál prvního a druhého sledu;
- Lidé, kteří jsou v těsném vztahu k události – například poskytli první pomoc, nesou určitou zodpovědnost nebo se mohli stát oběťmi přímými;
- Obyvatelé místa, kde se neštěstí odehrálo.“[3]

10.5 Důsledky traumatizujících událostí

- mohou ovlivnit momentální i budoucí profesionální výkon záchranáře
- záchranář může, ale i nemusí být schopen kritickou situaci zvládnout sám
- účastník traumatizující události má ještě několik desítek hodin po emocionální reakce (např.bezmocnost, lhostejnost, odpoutání se od reality, vtíravé, neodbytné myšlenky a představy, nechutenství, poruchy spánku, smutek a mnoho dalších).[31]

10.6 Reakce na traumatický zážitek

Reakce se na traumatický zážitek se u různých lidí liší. Jde za prvé o aktivní obrannou reakci, která se projevuje jako útek nebo útok. Méně často se uplatňuje tzv. pasivní reakce. Ta se objevuje především v případech mimořádného ohrožení.

Další možnou přirozenou odpovědí na trauma je odloučení člověka od jeho vnitřních prožitků. Během těžkého stresu dochází k určitému emočnímu uzavření. Člověk se tak nevědomě brání přívalu silných emocí, které by mohly být zcela ochromující. Změny ve vnímání a prožívání, s cílem chránit se před neúnosným vzrušením, mohou vést až k disociaci, tj. rozštěpení vyšší nervové činnosti, která vyděluje traumatickou událost z běžného života.[40]

11 POSTTRAUMATICKÁ STRESOVÁ PORUCHA

Posttraumatická stresová porucha (post = po, následně; trauma = zranění, duševní otřes) je termín v odborné literatuře používaný pro „úzkostnou poruchu, která se rozvíjí zpravidla po emočně těžké, stresující události, která svou závažností přesahuje obvyklou lidskou zkušenost a bývá traumatická pro většinu lidí“.[27]

11.1 Typické příznaky posttraumatické stresové poruchy:

Mohou zpočátku vypadat jako součást obvyklé reakce na ohrožující událost. Když tyto příznaky trvají déle než měsíc, mluvíme o nich jako o příznacích posttraumatické stresové poruchy.“

- dotírající vzpomínky a sny
- ztráta pozitivních emocí
- vyhýbání se
- zvýšená psychická a tělesná vzrušivost

11.2 Členění psychických potíží:

- porucha emočního prožívání,
- změny kognitivních funkcí,
- změny v chování,
- změny osobnosti.[40]

11.3 Dělení posttraumatické stresové poruchy

- Akutní – jestliže symptomy trvají méně než tři měsíce
- Chronická – jestliže symptomy trvají déle než tři měsíce
- Opožděná – projevení jednotlivých symptomů 6 měsíců po události[31]

Projevy jsou často dramatické, sužují postiženého a brání mu přirozeně fungovat. Nejcharakterističtější projevem je znovuprožívání události v dotíravých vzpomínkách. Ty se mohou projevovat jako zrakové, sluchové, nebo tělesné představy, jejichž útržky vyvolávají úzkost a děs. Noční můry, vtíravé myšlenky nebo záblesky (flashbacky) spouštějí často neutrální podněty, které mohou jen vzdáleně připomínat okolnosti traumatu. Znovuprožívání je spojeno s bolestnými a silnými emocemi.[28]

11.4 Co pomáhá?

Osoba zasažená extrémním zážitkem by neměla být ve své situaci ponechána sama sobě. Je třeba zamezit tomu, aby došlo k rozvinutí posttraumatické stresové reakce. K tomu může přispět jak okolí tak i sám zasažený člověk.

Psychická situace zasažené osoby je poznamenána především hlubokou nejistotou a narůstajícími pochybnostmi, popřípadě i pocity viny. Člověk by měl vědět, že se momentálně nachází ve výjimečné životní situaci, a proto se stává citlivějším. Měl by si pozorně všimnout svých vlastních pocitů a reakcí, zvláště těch negativních (pocituje-li např. odmítání nebo má-li přání vyhybat se sociálním kontaktům apod.). Samozřejmě, že je možné se v takové situaci krátkodobě stáhnout a duševně se stabilizovat.

Na druhé straně však velmi pomáhá, když se člověk vypovídá osobě, která má pro něho pochopení. Je důležité, aby byl zasažené osobě po mimořádném zážitku někdo nablízku, nejlépe někdo z okruhu jeho nejbližších. Tento člověk by měl naslouchat, chce-li dotyčný hovořit, neměl by na něho však naléhat nebo se ho vyptávat. Přitom by měl vědět, že musí stát při něm a nechat mu potřebný čas, aby se opět vzpamatoval. Měl by se rovněž snažit pochopit, že se zasažený člověk po mimořádném zážitku uchyluje do ústraní. Může být pro něj těžké o věci hovořit. Takové chování není třeba chápat jako odmítání pomoci. Po určité době může mít člověk po traumatickém zážitku potřebu si o všem pohovořit. Pak je důležité, aby v této chvíli byl blízký člověk k dispozici jako pozorný a vnímavý posluchač.[61]

12 POSTTRAUMATICKÁ INTERVENČNÍ PÉČE (TPP)

Při záchranných akcích se záchranář setkává s traumatizujícími událostmi. Reakcí na takovou to událost může být „duševní otřes“. Duševní otřes je normální lidskou reakcí na nenormální situaci. Úkolem TPP je poskytnout záchranáři, který v souvislosti s plněním služebních úkolů prožil traumatizující událost odbornou pomoc. Tato pomoc může být poskytnutá formou individuální nebo skupinové terapie. Mělo by dojít k zastavení a následně k poklesu intenzity zátěže, která může zapříčinit snížení výkonnosti záchranáře.[31]

12.1 Cíle v péči o traumatizované osoby:

- naučit se žít se vzpomínkami
- nedovolit rozvinou vyhýbavé chování
- integrovat trauma do běhu života (naučit se vše brát jako součást života)
- upuštění od minulosti a vybudování nové perspektivy do budoucna.[31]

12.2 Posttraumatické intervenční týmy

Vznik intervenčního týmu TPP (dále jen „IT TPP“) si vynutily z praxe skutečnosti, že odborný psycholog nemusí být vždy dostupný, a dále při rozsáhlé mimořádné události není schopen se věnovat většímu počtu osob najednou. Někdy může sehrát důležitou roli v IT TPP přirozená nedůvěra k cizí osobě (psycholog - tzv. „syndrom bílého pláště“), ale důvěra ke známému a pro dotyčnou osobu blízkému kolegovi.[3]

PIT slouží hasičům a základní pomoc je jim poskytována vyškolenými kolegy z vlastních řad. Ti jsou do týmu jmenováni na základě dobrovolnosti a osobních předpokladů. Procházejí základním kurzem poskytování TPP v rozsahu 40 hodin. Poté jedenkrát ročně procházejí 24 hodinovým doškolováním a opakováním si nabytých dovedností. Tito vyškolení hasiči jsou na každé požární stanici, ostatní příslušníci ví o koho se jedná a na koho se mohou obrátit s prosbou o pomoc. Jsou seznámeni s pojmy: stres, trauma jejich průběhem a dopadem na člověka. Učí se technikám krátkodobého odlehčení stresu,

dechovým cvičením a technikám pro dlouhodobé zvládnání stresu. Dále se při tomto výcviku seznamují s tím, jaké jsou behaviorální, vegetativní a kognitivně - emocionální reakce na stres. Čím je charakteristická PTSD a jaké má diagnostické znaky.[5]

12.2.1 Složení IT TPP:

- koordinátor: odborník na duševní zdraví – psycholog
- členové: vyškolení příslušníci

12.3 Léčba posttraumatické stresové poruchy

Léčba postiženého PTSD bývá často individuální záležitostí. Každý člověk reaguje na různé formy léčby jinak. Obecně se kombinují psychofarmaka s psychoterapiemi.

Při **léčbě** PTSD bývá v odborné literatuře doporučován vyvážený komplexní přístup farmakoterapeutický a psychoterapeutický. Psychoterapeutické přístupy zahrnují především podpůrnou psychoterapii, psychodynamickou psychoterapii, kognitivně – behaviorální terapii, hypnózu a skupinovou terapii.[41]

12.3.1 Fáze TPP

Demobilizace:

Demobilizace se využívá v případě katastrof velkého rozsahu pro profesní skupiny, krizové štáby... Cílem je dodat jasné a strukturované informace o možných symptomech, zvládnání stresu, doporučení ohledně dodržování životosprávy atd. Je třeba účastníky akce maximálně udržet na úrovni tzv. automatického pilota, aby mohli efektivně plnit likvidační práce. Demobilizace trvá přibližně 10 minut, přičemž následuje 20 minut relaxace spojené s občerstvením.

Defusing:

zpravidla do 24 hod. po události až do následné změny, malé skupinky do 8 osob – účast „je to cesta k utužení kolektivního myšlení, kde se nekritizuje, ale prožívá často ve spontánní formě“.

Cíle defusingu, jako první intervence pro postižené osoby po mimořádných zážitcích, lze specifikovat jako:

- Rychlá redukce intenzivní reakce na stres.
- Normalizace zkušeností.
- Vzájemné doplnění informací k události např. při nasazení.
- Zabránění izolování postižených osob.
- Informace k zacházení se stresem.
- Aktivace zdrojů např. soc. síť.
- Představení hlubších možností podpory.[42]

Debriefing:

Typů debriefingů je řada: debriefingy zaměřené na zpracování ohraničené události, „historické“ debriefingy, které „začišťují“ delší časový úsek, didakticky zaměřené debriefingy a debriefingy, určeny pro zpracování ztráty – například poté, kdy zahyne na misi voják, by ostatní vojáci měli mít možnost společně ztrátu včetně pocitů viny a hněvu zpracovat. Debriefing trvá obvykle déle než defusing a doporučuje se provádět s určitým časovým odstupem (asi 48 hodin) po události, nikoli bezprostředně po ní. Debriefing by měli vést pouze zkušení odborníci – psychologové nebo lékaři – a měli by se při něm zaměřit na kognitivní prvky a na osvětu.[41]

Čtyři celky debriefingu:

- úvod
- část vyprávění (skutečnosti i myšlenky)
- část reakcí (reakce i příznaky)
- část osvěty (učení a příprava).[42]

Následná péče při přetrvávání příznaků

- psychologické poradenství
- psychoterapie
- psychiatrická léčba (výjimečně)
- hospitalizace(výjimečně) [31]

13 ANALÝZA KRIZOVÝCH SITUACÍ V ZLÍNSKÉM KRAJI:

13.1 Přehled počtu událostí v okresech Zlínského kraje

V uplynulém roce 2010 ve Zlínském kraji bylo řešeno 4169 událostí. V porovnání s rokem 2009 je to o 632 událostí více. Z celkového počtu řešených událostí ve Zlínském kraji byly nejčetnějšími událostmi technické havárie 2216 (+828) dále pak dopravní nehody 874 (+39) a požáry 686 (+13). Nejvíce událostí bylo hlášeno v červnu a nejméně pak v měsíci listopadu z celkového počtu událostí. Podle dne v týdnu bylo nejvíce událostí hlášených ve středu a naopak nejméně v neděli.

Tab. 3. Souhrn událostí ve Zlínském kraji

Přehled počtu typů událostí všech jednotek PO v okresech Zlínského kraje za rok 2010					
Typ události	KM	UH	VS	ZL	Zlínský
Požáry	135	148	185	218	686
Dopravní nehody	175	201	215	283	874
úniky nebezpečných látek	17	26	44	56	1560
technické havárie	413	500	608	695	2216
radiační havárie	0	0	0	0	0
ostatní mimořádné události	0	0	0	0	0
plané poplachy	47	46	79	78	250
Celkem	787	921	1131	1330	4169

13.2 Sníh a led 2010

V průběhu dní 9.1. – 12.1. 2010 profesionální a dobrovolné jednotky zasahovaly u 54 událostí v důsledku silného sněžení a ledu. Postiženým regionem byl především Kroměříž, dále Uherské Hradiště, Zlín a Vsetín. Postižených obcí na Kroměřížsku bylo celkem 17, na Uherskohradištsku celkem 14 obcí, na Zlínsku celkem 3 obce a na

Vsetínsku celkem 2 obce. Celkem 22 jednotek PO se zaměřilo na činnosti související s uvolňováním komunikací od popadaných stromů a větví a vyproštění zapadlých dopravních prostředků.

Tab. 4. Počet událostí řešených v souvislosti se sněhem a ledem

Počet událostí řešených jednotkami PO v souvislosti se sněhem a ledem					
Typ události / okres (kraj)	KM	UH	VS	ZL	Zlínský
Dopravní nehoda silniční	8	1	0	0	9
Technická pomoc	22	13	2	8	45
Celkem	30	14	2	8	54

13.3 Povodně 2010

V průběhu dní 16.5. – 13.6. 2010 byl ve dvou etapách povodněmi a jejími doprovodnými jevy zasažen i Zlínský kraj. Následky povodní byly likvidovány 221 jednotkami PO včetně odřadů z jiných HZS krajů. Postiženým regionem byl především Vsetín, ale povodně se nevyhnuly ani Zlínu, Uherskému Hradišti a Kroměříži. Postižených obcí na Vsetínsku bylo celkem 36, na Zlínsku celkem 31 obcí, na Uherskohradištsku celkem 35 obcí a na Kroměřížsku celkem 30 obcí. Profesionální a dobrovolné jednotky PO zasahovaly u 545 událostí, kde se zaměřily na činnosti související se záchranou osob a zvířat, čerpání vody, budování a zpevňování hrází, odstraňování padlých stromů a větví, čištění kanalizačních vpustí, čištění koryt řek a potoků. V souvislosti s povodněmi byly zachráněny 4 osoby a 162 osob bylo evakuováno.

Tab. 5. Počet událostí v souvislosti s povodněmi

Počet událostí řešených jednotkami PO v souvislosti s povodněmi					
Typ události / okres (kraj)	KM	UH	VS	ZL	Zlínský
Dopravní nehoda silniční	1	0	0	1	2
Technická pomoc	125	105	158	143	531
Technologická pomoc	0	1	0	0	1
Ostatní pomoc	2	5	2	2	11
Celkem	128	111	160	146	545

13.4 Sesuvy půdy 2010

Doprovodným jevem povodní 2010 byly i sesuvy půdy, kdy profesionální a dobrovolné jednotky zasahovaly u 16 událostí. Postiženým regionem byl především Vsetín, Zlín a Kroměříž. Postiženými obcemi v oblasti Vsetína byly Jarcová, Valašské Meziříčí, Velké Karlovice, Vidče a Zubří. Na Zlínsku se jednalo o obce Halenkovice, Luhačovice, Lutonina, Slušovice, Zlín a Želechovice nad Dřevnicí, na Kroměřížsku obec Koryčany a Prasklice. Celkem 17 jednotek PO se zaměřilo na činnosti související s kontrolou postižených míst sesuvů, odstranění následků sesuvů a evakuaci obyvatel a majetku.

Tab. 6. Počet událostí způsobených sesuvy půdy

Počet událostí řešených jednotkami PO v souvislosti se sesuvy					
Typ události / okres (kraj)	KM	UH	VS	ZL	Zlínský
Technická pomoc	2	0	6	7	15
Ostatní pomoc	0	0	1	0	1
Celkem	2	0	7	7	16

13.5 Silný vítr a bouřky 2010

Jakmile skončily povodně a sesuvy půdy, prohnal se Zlínským krajem v průběhu dní 12.06. – 13.06. 2010 silný vítr za doprovodné bouřky. Následky silného větru a bouřky byly likvidovány 61 jednotkami PO. Postiženým regionem byl především Uherské Hradiště, ale silný vítr a bouřka se nevyhnuly ani Zlínu, Kroměříži a Vsetínu. Postižených obcí na Uherskohradištsku bylo celkem 22, na Zlínsku celkem 24 obcí, na Kroměřížsku celkem 12 obcí a na Vsetínsku celkem 7 obcí. Profesionální a dobrovolné jednotky PO zasahovaly u 153 událostí, kde se zaměřily na činnosti související s uvolňováním komunikací od popadaných stromů a větví, odstraňování stromů hrozících pádem, popadaného elektrického vedení a dokonce i zajištění stržených střech na několika budovách.

Tab. 7. Počet událostí způsobených větrem a bouřkami

Počet událostí řešených jednotkami PO v souvislosti se silným větrem a bouřkami					
Typ události / okres (kraj)	KM	UH	VS	ZL	Zlínský
Technická pomoc	19	63	8	58	148
Ostatní pomoc	1	1	0	0	2
Planý poplach	1	0	1	1	3
Celkem	21	64	9	59	153

TH technická havárie – odstranění nebezpečí nebo nebezpečných stavů velkého rozsahu či značných následků na zdraví osob, zvířat či majetku (např. destrukce objektu).

TH technická pomoc – odstranění nebezpečí nebo nebezpečných stavů menšího rozsahu mimo technologický provoz závodů (mimo dopravních nehod). Jedná se o pomoc technikou jednotek bez návaznosti jakéhokoliv technologického provozu resp. výroby, např.:

- a) vyproštění osob z výtahu,
- b) nouzové otevření bytu,
- c) odstranění překážek z komunikací i jiných prostor atd.,

TH technologická pomoc - odstranění nebezpečí nebo nebezpečných stavů v technologickém provozu závodů. Jedná se o pomoc technikou jednotek v určité technologii či provozu podniku, např.

- a) náhrada havarovaného chlazení,
- b) nouzová dodávka vzduchu, vody,
- c) požární asistence,

TH ostatní pomoc - nelze klasifikovat předchozími druhy technické havárie. Jedná se např. o odvoz nebo převoz pacienta či lékaře i na vyžádání jiné služby (přímo i nepřímo poskytnutá pomoc).

Radiační havárie a nehoda (RH) Zásah u události spojený s nepřipustným uvolněním radioaktivních látek nebo ionizujícího záření.

II. PRAKTICKÁ ČÁST

V předešlé části mé diplomové práce jsem se zaměřil na obecné požadavky na hasiče a na podmínky pro výkon této profese. Nastínil jsem modelové situace a zabýval se otázkou stresu, zátěže a psychického a fyzického vyčerpání. Taktéž nebezpečnými situacemi přesahující rámec běžného a subjektivního chápání člověka.

Předmětem mého zkoumání a myšlenkou celého projektu byl můj osobní zájem zjistit zvládání fyzické a psychické zátěže působící na hasiče při vykonávání jeho profese. Původní otázka zněla a také záměrem bylo zkoumat posttraumatickou intervenční péči, ale jak vyšlo najevo na tuto problematiku, je napsáno už hodně prací.

Zaměřil jsem se tedy na zvládání stresových situací, jako takových v profesi hasiče. Tím myslím nejzávažnější zátěžové situace z pohledu profesionálního hasiče.

Dotazníkové šetření:

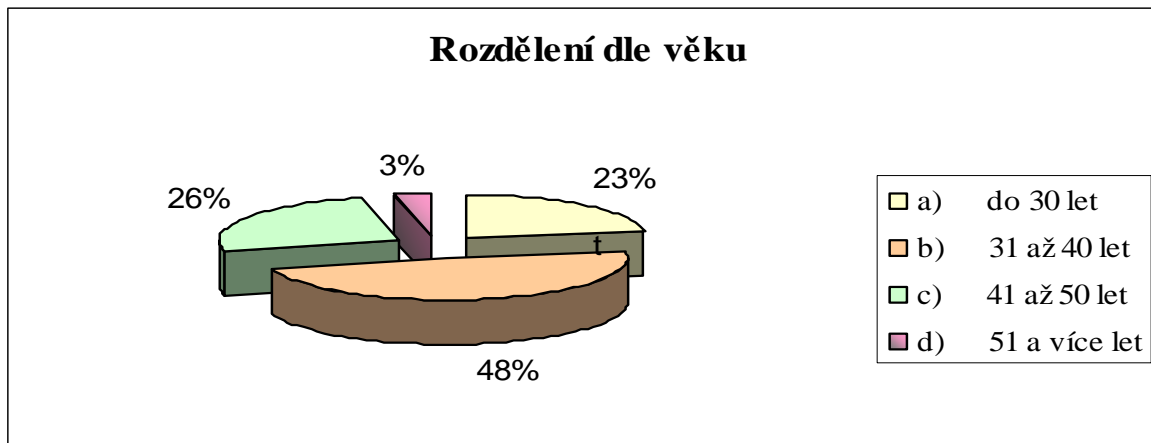
Vzhledem k zaměření mé diplomové práce byl vytvořen dotazník z cílem zjistit názory hasičů na zvládání krizových situací při výkonu služby. Je to nejfrekventovanější metoda zjišťování. Dotazníkové šetření bylo zvoleno z jednoho důvodu a to, že zabere málo času a má velkou vypovídající hodnotu.

Úvodní část sloužila k identifikaci respondentů a rozdělení do skupin podle věku, a doby, kterou slouží u HZS – u odpracované doby mám namysli dobu celkovou ne dobu odpracovanou na dané stanici – jedná se o zjištění praxe, která bude použita jako podklad k následnému dotazníkovému šetření.

Zkoumaná skupina se skládá ze členů HZS Zlínského kraje ÚO Uherské Hradiště. Z nich všichni jsou profesionálové u výjezdu, zasahující u mimořádných událostí – tudíž „mokří“ hasiči, tedy lidé, kteří pracují na 24 hodinové směny a jejich práce je spojena se zátěžovými situacemi. Každý respondent obdržel mnou zpracovaný dotazník a byl informován o tom, že jeho vyplnění, je anonymní. A získaná data budou sloužit pouze k dosažení výsledku empirického výzkumu diplomové práce. Výzkumný soubor nebyl nijak ovlivňován. Každý respondent měl možnost odpovídat svobodně.

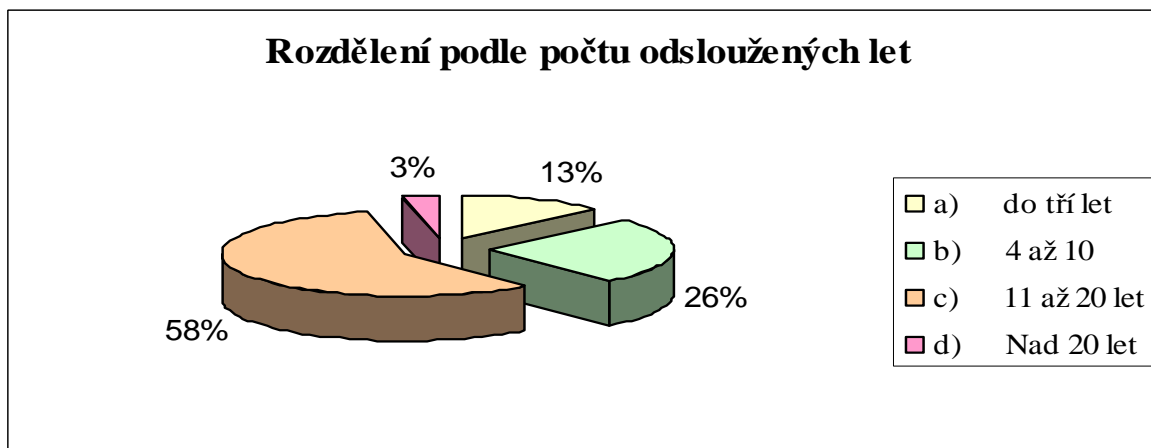
Celkem bylo rozdáno 36 dotazníků. Stanice Uherské Hradiště pracuje na 3 směny. Návratnost dotazníků činila 31 kusů, což je 86,1 %. Dotazníky byly rozdány osobní formou na každé směně a v průběhu dne respondenty vyplněny. Vyhodnocení dotazníků jsem provedl za pomoci programu MS Excel.

Rozdělení respondentů dle věku:



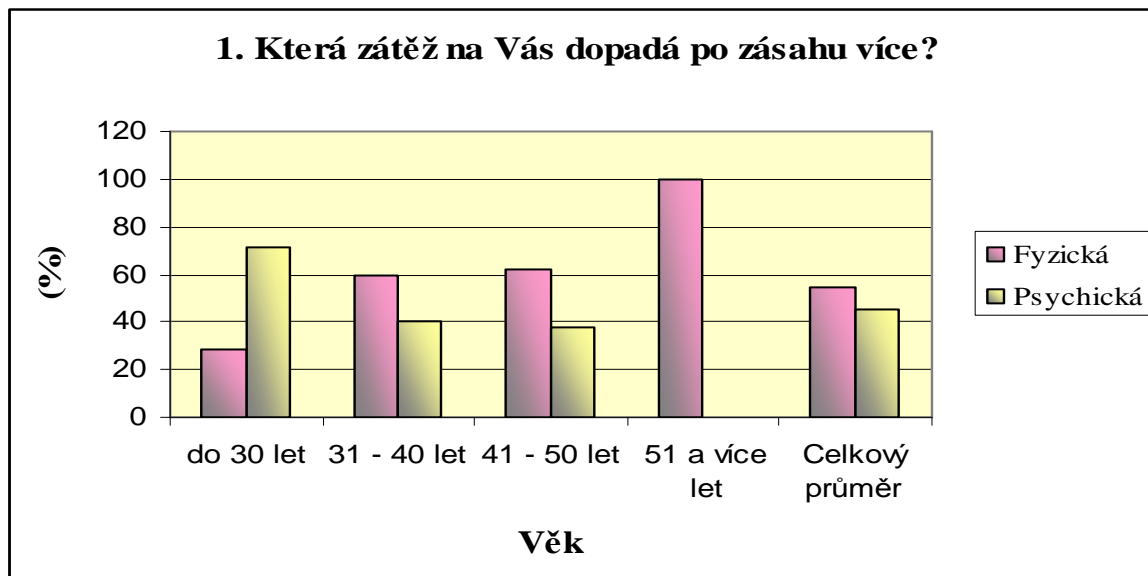
Graf 1. Rozdělení respondentů dle věku

Rozdělení podle délky praxe u HZS:



Graf 2. Rozdělení podle délky praxe u HZS

Působení zátěžových situací podle věku:

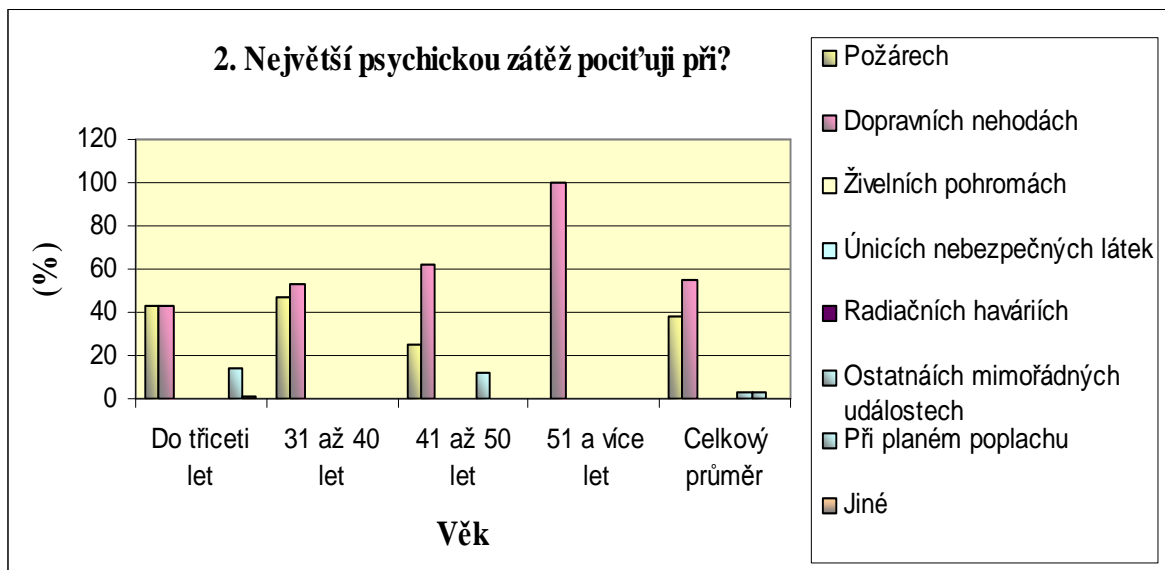


Graf 3. Působení zátěže na příslušníky

Prostřednictvím dotazu která zátěž na příslušníky dopadá po zásahu více jestli fyzická, nebo psychická, jsem chtěl zjistit, jak se mění dopad zátěže u lidí rozdělených podle věku. Proto bylo sestavena věková hranice podle které, jsem porovnával i následující otázky z dotazníkového šetření.

U skupiny do třiceti let převažuje psychická zátěž, kterou uvedlo pět ze sedmi dotazovaných, nad zátěží fyzickou. Je to dáno zřejmě tím, že mladí hasiči ještě nemají dostatek zkušeností. V dalších dvou dotazovaných skupinách byla fyzická zátěž kolem 60 % a psychická kolem 40 %. U těchto skupin už mají respondenti nějaké zkušenosti, tak si psychickou zátěž zřejmě ani nepřipouští.

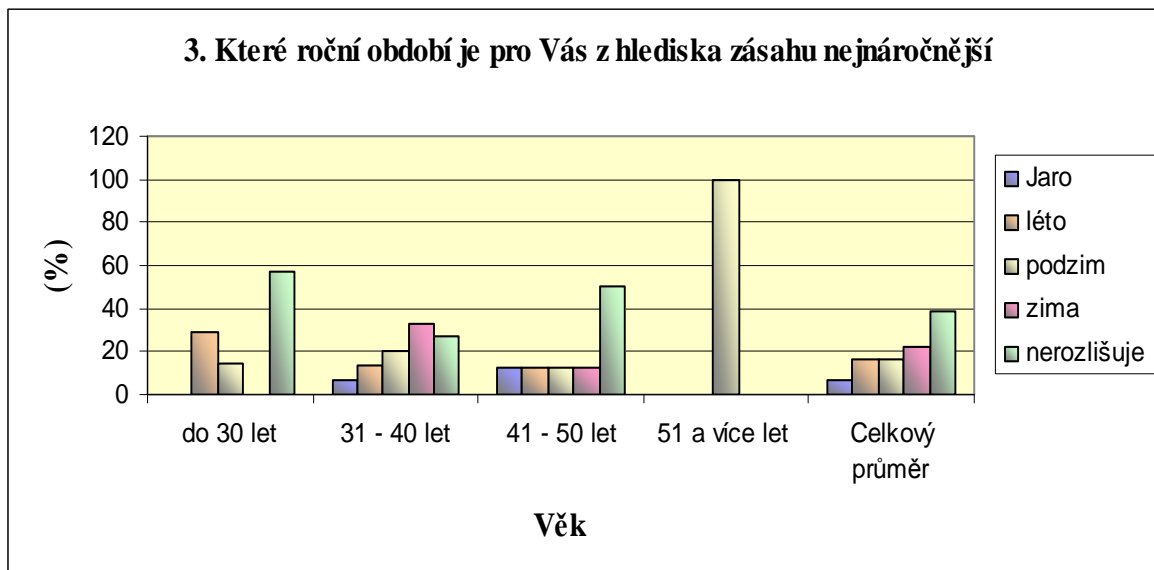
U věkové skupiny 51 let a více se jedná pouze o jednoho dotazovaného, který z tohoto důvodu má vždycky 100% úspěšnost u dané odpovědi, kterou zvolí. Proto nebudu tuto skupinu u dalších odpovědí na otázky rozebírat. Jelikož jeho volba je na první pohled z výstupu grafu zřetelná.



Graf 4. Působení psychické zátěže na příslušníky

Druhá otázka u které jsem se ptal při jaké události, pocítují hasiči největší psychickou zátěž, budu srovnávat s počtem těchto událostí, které se staly ve Zlínském kraji za minulý rok (viz. tabulka č.1) a podle počtu daných událostí a daných odpovědí se budu snažit nastítnit, jak moc na dané respondenty psychická zátěž dopadala.

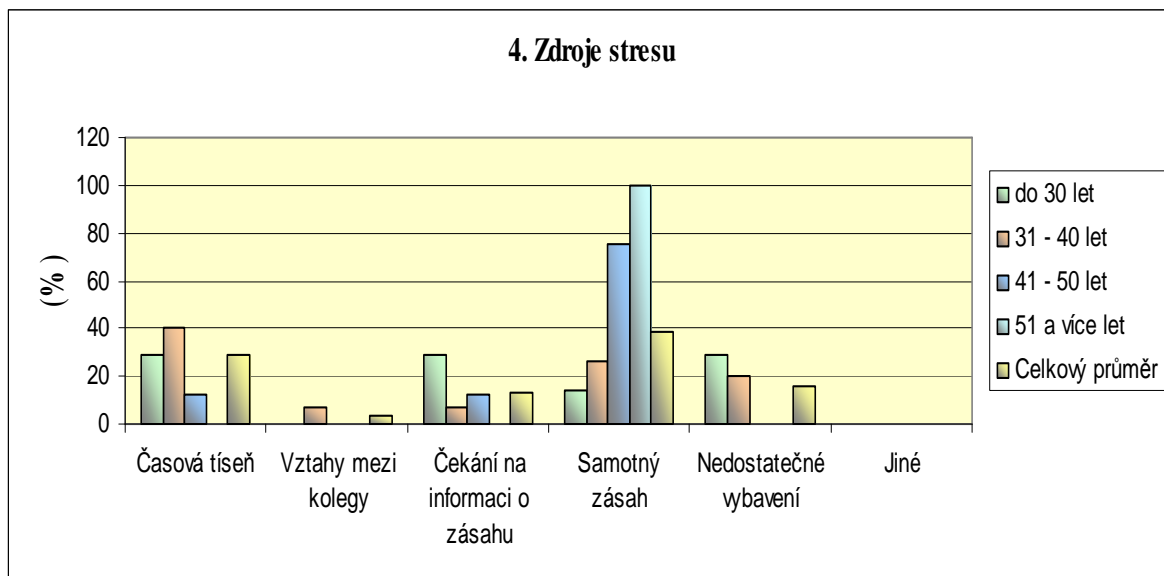
Z porovnání odpovědí hasičů a výsledky analýzy předchozího roku vychází najevo, že hasiči jsou pod neustálým stresem. Jelikož nejvíce odpovědí v dotazníku znělo na dopravní nehody a požáry a tyhle položky se taky objevovaly v porovnání událostí za minulý rok.



Graf 5. Rozdíl ročních období, z hlediska náročnosti zásahu

U třetí otázky jsem zjišťoval, které roční období, je pro hasiče z hlediska zásahu nejnáročnější. Mým osobním názorem byla zima, jelikož si myslím, že zimní období musí být z hlediska zásahu nejhorší. Možná ne, z počtu zásahů, ale z hlediska klimatických podmínek.

Výstupy výzkumu ukázaly, že většina z dotazovaných respondentů mezi ročním obdobím nerozlišuje.



Graf 6. Varianty zdrojů stresu, působící na příslušníky u výjezdu

S položením otázky zdroje stresu jsem chtěl zjistit, jaký stres na příslušníky u výjezdu dopadá nejvíce. V dotazníku jsem sestavil škálu situací, které mohou nastat a které podle mne, působí na hasiče nejvíce.

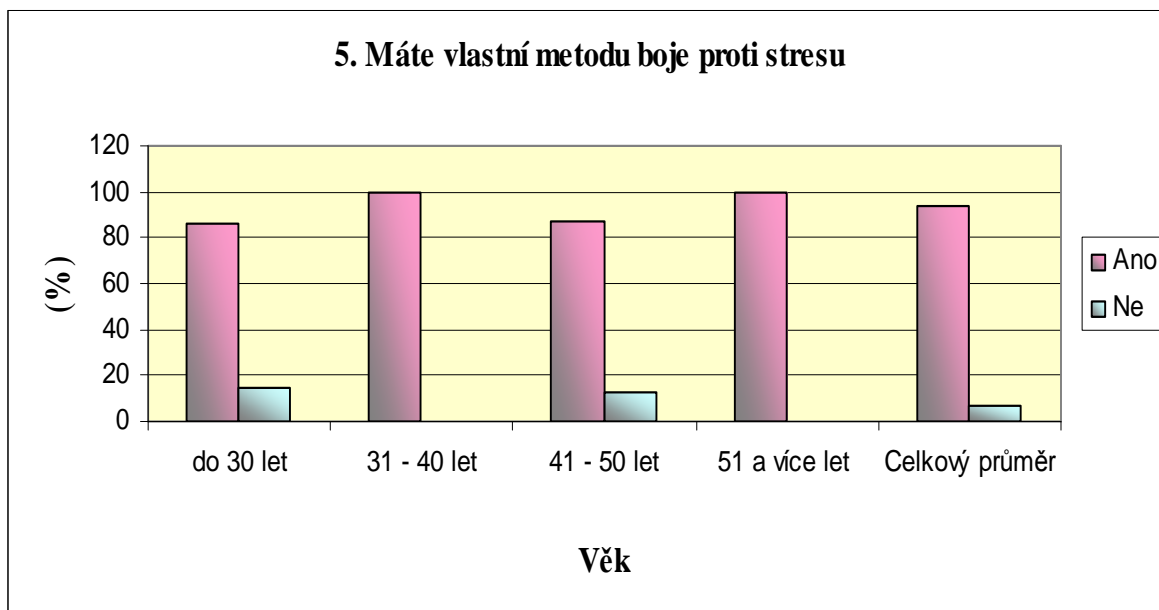
Výstupy grafu ukázaly, že na jednotlivé hasiče působí různé zdroje stresu.

Můj osobní názor byl, že samotný zásah, nezpůsobuje téměř žádný stres, jelikož jsem se domníval, že hasiči jsou na zásah zvyklí a spíše jako stresor na ně bude působit více čekání na informaci o zásahu, jelikož z osobního rozhovoru vím, že se k nim často dostávají informace nedostatečné a neúplné.

Z grafu je patrné, že samotný zásah, je zdrojem stresu u 40 % respondentů. Větší stres ze samotného zásahu pociťují respondenti ve vyšších věkových kategoriích. Dotazovaní do 40 let věku se vyrovnávají se samotným zásahem lépe, ale pociťují vyšší stres z časové tísně před začátkem výjezdu.

Vztahy mezi kolegy na pracovišti, považuje za problémové pouze jeden dotazovaný z celkového počtu 31 respondentů.

Nedostatečné vybavení považují za problémové spíše mladší hasiči.

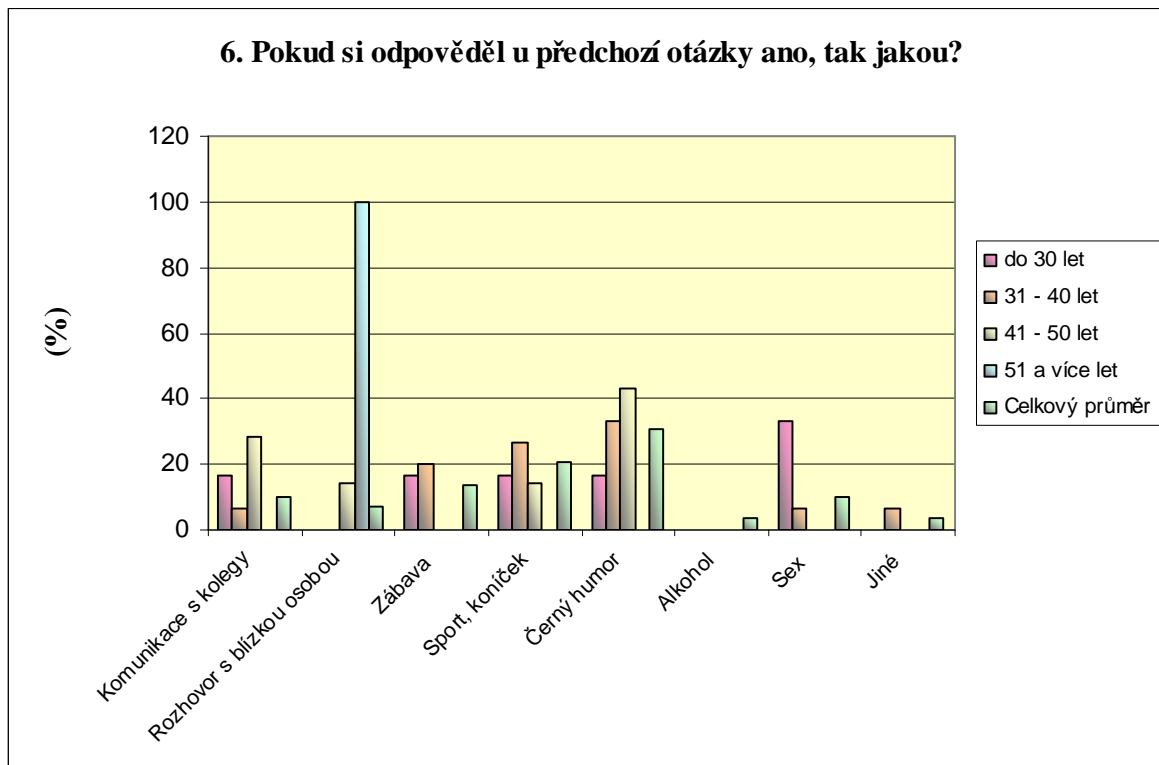


Graf 7. Metoda boje proti stresu

Další částí bylo zjistit, jestli mají jednotliví hasiči svoji vlastní metodu boje proti stresu. Jelikož každý příslušník je pod neustálým stresem, tak to napětí musí i nějak ze sebe dostat.

Z celkového počtu dotázaných hasičů, nemá vlastní metodu boje proti stresu necelých sedm procent.

Osobně jsem si myslel, každý z příslušníků má svoji vlastní metodu, jak se s případnou stresovou situací vypořádat. Ovšem, jak se ukázalo, ne všichni na položenou otázku odpověděli kladně. Možná je to tím, že si stres jako takový ani nepřipouští a berou ho jako každodenní náplň své práce. A nebo taky nechtěli přiznat, že nějakou metodu boje proti stresu mají, to je taky jedna z možností.



Graf 8. Vlastní typy metod boje proti stresu

U této otázky, která je návazností na předchozí otázku, jsem zjišťoval, jakou mají jednotliví respondenti metodu boje proti stresu. Podle svého uvážení, jsem si myslel, že většina odpovědí bude převážně znít na komunikaci s kolegy při zásahu, a na pomyslnou druhou příčku jsem řadil černý humor. Jak se ukázalo, tak opět mé hypotézy, nebyly daleko od pravdy. Co mě překvapilo, byla odpověď „komunikace s blízkou osobou – rodina, přátelé“ domníval jsem se, že nikdo nebude řešit své problémy s blízkou osobou. Jak se říká práce má zůstat v práci a netahat ji domů. Možná je to pro dané respondenty ta nejlepší metoda, která jim nejvíce vyhovuje. Nejmladší respondenti se nejvíce vyrovnávají se stresem pomocí sexu. V kategorii od 31 do 50 let většina respondentů uvedla metodu černého humoru.

Dotazovaní měly možnost uvést vlastní metodu boje proti stresu, tuto možnost využil pouze jeden respondent ve věkové kategorii 31 - 40 let. Jako odpověď uvedl: práci.

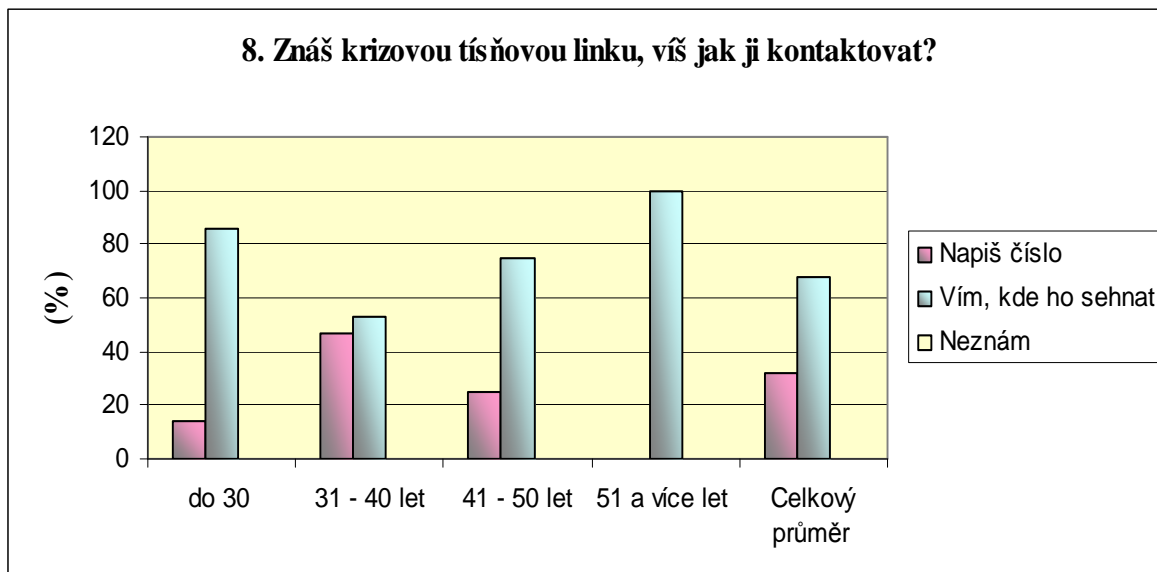
Z grafu vyplývá, že další metody boje proti stresu jsou průměrně rozloženy mezi jednotlivé věkové kategorie.

7. Myslíte si, že se dá teoretickým školením zlepšit zvládání krizových situací:

U této otázky bylo mým cílem zjistit, zda respondenti považují teoretická školení za užitečná a zda jim napomáhají ke zvládání krizových situací. Jedná se o otázku otevřenou, u které není výstupem graf.

Většina respondentů uvedla, že dává přednost praktickým zkušenostem před teoretickým školením. Někteří dotazovaní uvedli, že je možné zlepšit zvládnutí krizových situací pomocí školení, ale nedá se to praktikovat ve všech případech. Jeden z hasičů napsal, že teorii připravují lidé, kteří se nikdy zásahu nezúčastnili a proto není možné tato školení využít v praxi.

Dle rozdělení podle délky odsloužených let respondenti odpovídali téměř shodně. Proto tuto otázku nebudu již v druhé části rozebírat.



Graf 9. Krizová linka

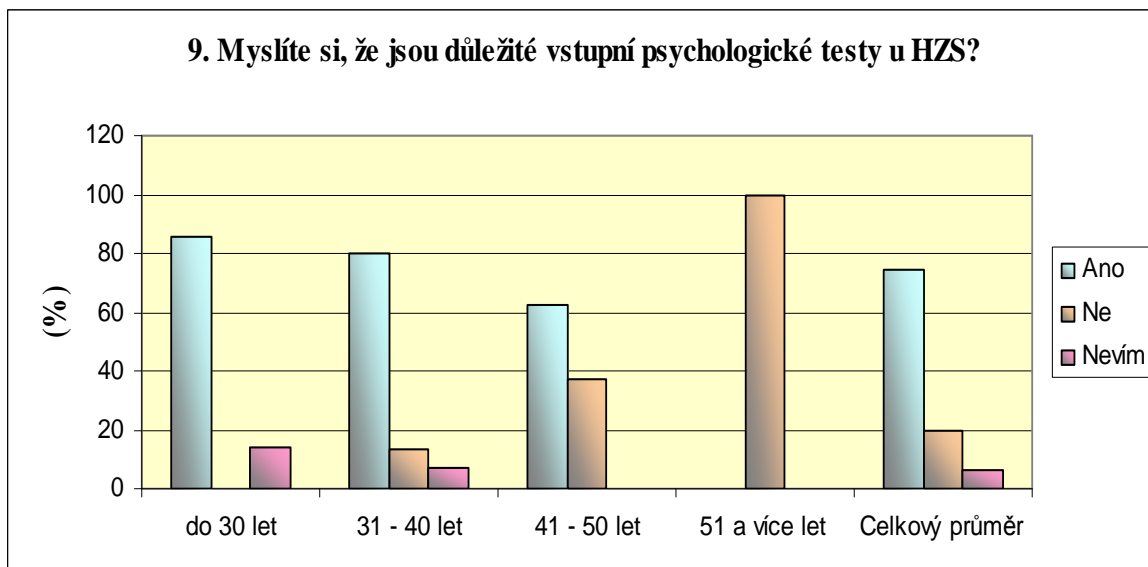
Další částí, kterou jsem řešil, bylo zjistit, zda příslušníci znají číslo na krizovou tísňovou linku.

Ve skupině do třiceti let odpověděla většina dotazovaných, že vědí, kde číslo sehnat. Jeden respondent, spojení na tuto linku napsal.

Odpovědi u respondentů ve věku 31 až 40 let byly téměř na stejné úrovni. Sedm dané číslo napsalo a osm odpovědělo, že ví kde ho mají sehnat.

Podle mého názoru je tísňová linka zbytečná a většina příslušníků o ní slyšela, ale nevyužívá ji a nebo nezná číslo. Jak jsem již uvedl cílem bylo zjistit, jestli příslušníci znají dané číslo, ale aby to neměli, tak jednoduché, tak jsem otázku rozvedl a uvedl více možností ke konkretizaci. Myslel jsem si, že většina příslušníků spojení na tuto linku znát nebude. Celkově překvapivé pro mě bylo, když ho hodně respondentů dokázalo i napsat.

Bylo by možná dobré zjistit, jestli na tuto linku někdo z příslušníků již volal, ale myslím, že bych se nedostal k pravdivým informacím. Myslím si, že je to velký zásah do soukromí hasiče a z toho důvodu by odpovědi mohly být zavádějící. Proto jsem tuto otázku z dotazníku po konzultaci odstranil.



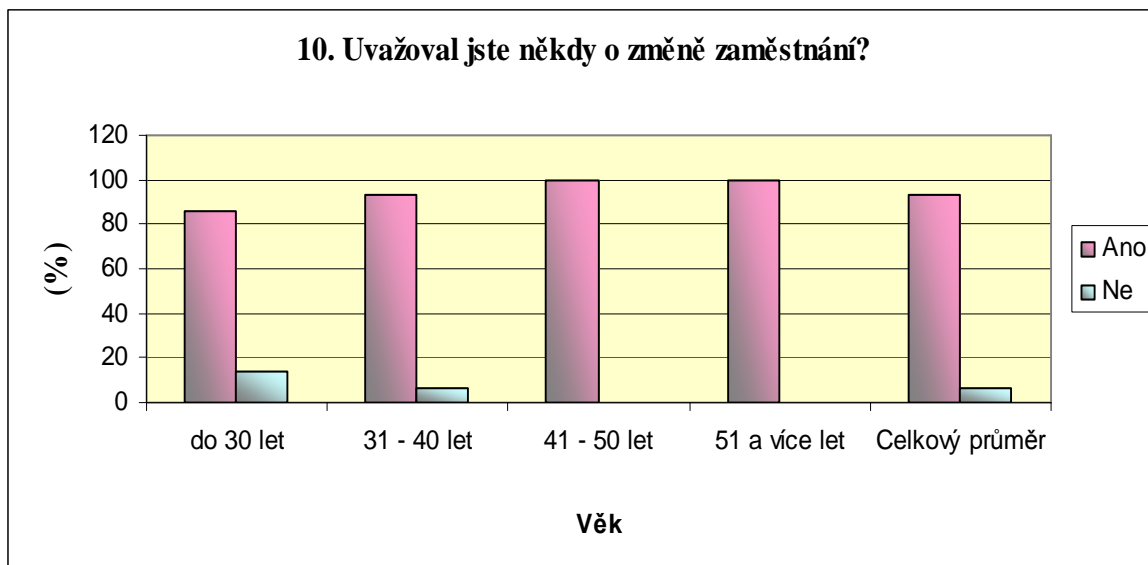
Graf 10. Hodnocení vstupních psychologických testů

Tímto dotazem, jsem chtěl zjistit názor příslušníků na vstupní psychologické testy.

Jelikož z rozhovorů vím, že většina respondentů říká, zná hodně dobrých uchazečů, kteří by tu práci dělali celým svým srdcem, ale překážkou pro ně byly psychologické testy. Osobně si myslím, že by stačil rozhovor s psychologem, ten je odborník a měl by poznat, jestli je daný uchazeč schopen či neschopen výkonu tohoto povolání.

Většina dotazovaných odpověděla kladně, což je možná i proto, že jsou hrdí na svoji práci, jelikož vědí, že se k nim nedostane jen, tak každý. A nebo nechtěli odpovědět záporně, kdyby si tuto práci četl někdo z HZS.

Z celkového počtu 31 respondentů odpovědělo 6 dotazovaných záporně.

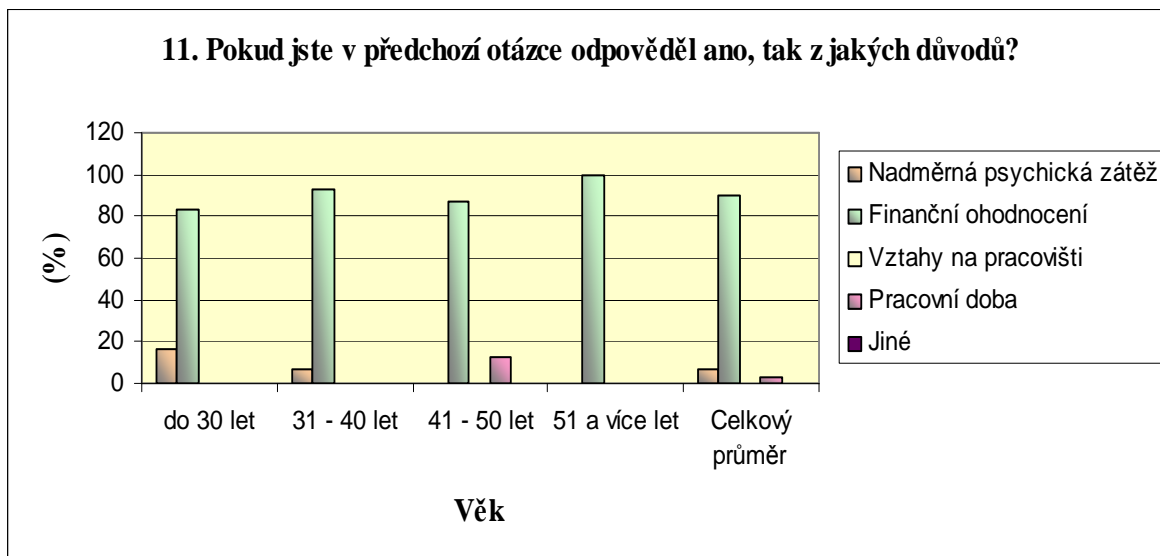


Graf 11. Názory příslušníků na změnu zaměstnání

Vložení této otázky do mého dotazníku, bylo spíše pro uvedení následujícího dotazu. Zajisté většina lidí uvažovala o změně povolání, alespoň jednou v životě. A to mluvíme o běžných „nenáročných“ povolání.

Tím nechci říct, že ostatní povolání nejsou náročná. Myslím si, že každý z dotazovaných respondentů uvažoval někdy o změně povolání, ať už z častých stresových situací, nebo z jakýchkoliv jiných důvodů.

Z dotazníku vyplynulo, že necelých sedm procent neuvažovalo o změně zaměstnání.

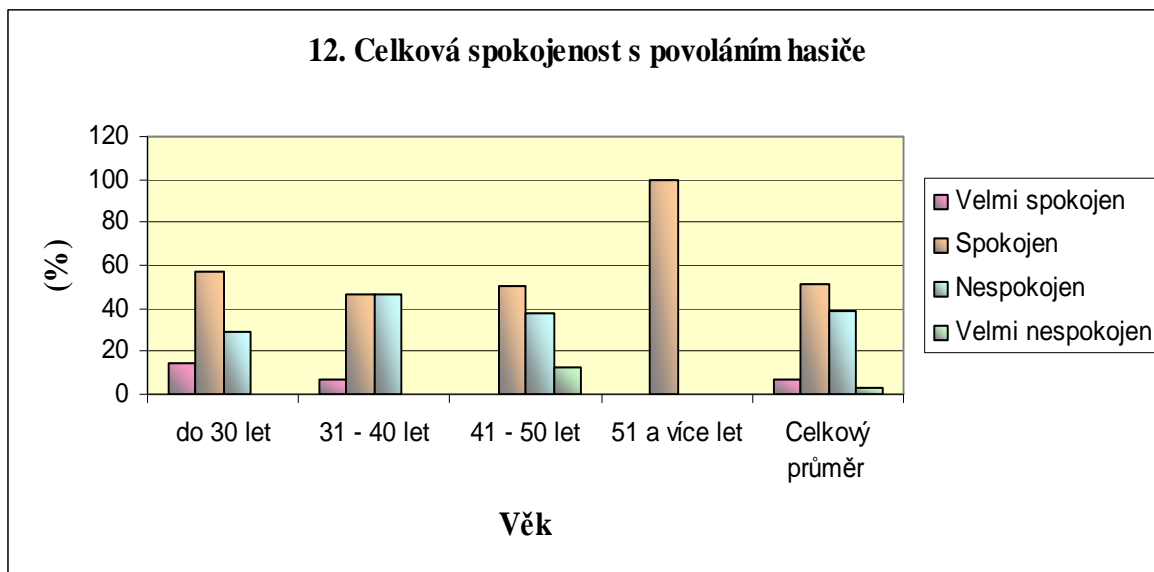


Graf 12. Důvody, vedoucí ke změně zaměstnání

Tak a dostáváme se k následujícímu bodu, který je zajisté velmi ožehavým tématem v následující době. Člověk si může říct, že většina zasahujících hasičů by uvedla nadměrnou psychickou zátěž, která vzniká při výkonu jejich povolání před finančním ohodnocením, tak by to bylo absolutně v pořádku.

Ovšem opak, je pravdou. V dnešní době, kdy mokrým hasičům berou z platu, co se dá, tak je jasné, že nespokojenost a další stresové situace, plynou i z této stránky.

Nad osmdesát procent dotazovaných, uvažovalo o změně zaměstnání z důvodu finančního ohodnocení.



Graf 13. Celková spokojenost s povoláním hasiče

U předposlední otázky se dostáváme k hodnocení celkovému. Prostě, jak hasiči hodnotí fungování veškerého systému, hodnocení sebe sama a svých kolegů. A vůbec hodnocení pracovního klimatu.

U dotazovaných do třiceti let převažuje spokojenost, kterou zvolili jako odpověď 4 respondenti, nespokojeni byli dva a velmi spokojen byl pouze jeden respondent.

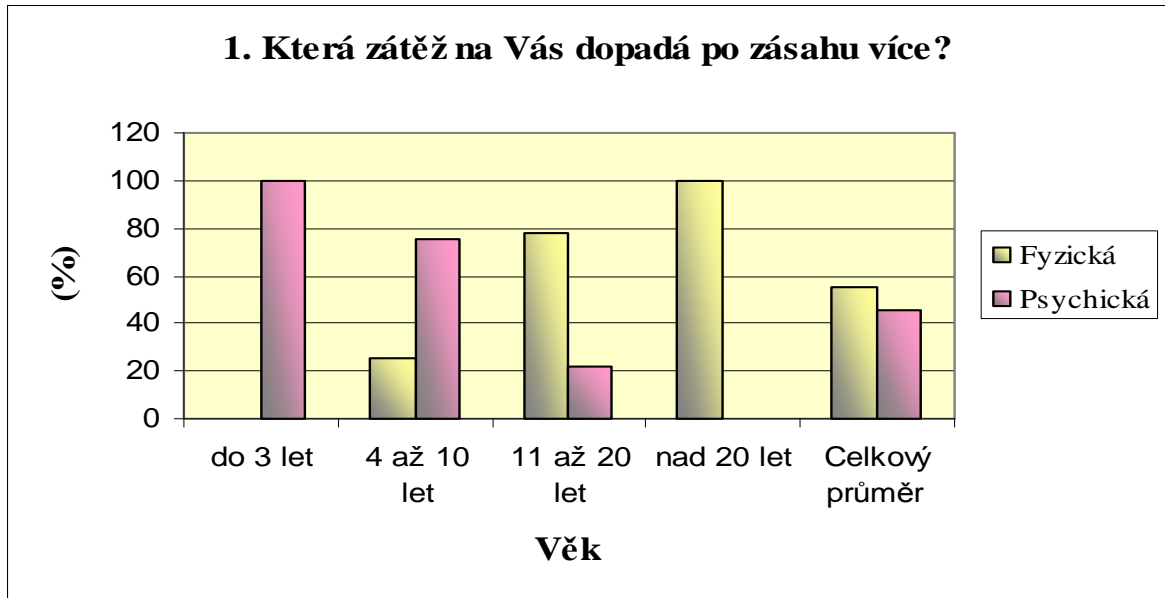
Spokojenost s povoláním hasiče vyjádřili u skupiny 41 až 50 let čtyři respondenti, nespokojeni byli tři z dotazovaných a velmi nespokojen byl jeden hasič. Z celkového zkoumaného vzorku, bylo přes padesát procent spokojených respondentů a jen tři procenta velmi nespokojených.

13. S čím jste nejvíce nespokojeni u HZS?

Poslední otázka byla otevřená, kterou měl každý účastník vyplnit podle svého uvážení. Odpovědi na otázku téměř vždy korespondovaly s otázkou číslo jedenáct. Některé byly i jednoslovné, což mi zajisté stačilo.

Téměř 95% hasičů uvedlo na tuto otázku slovní spojení týkající se jejich ohodnocení. Zbýlých pět procent uvedlo: Vedení a pracovní dobu.

Působení zátěžových situací podle odsloužených let:

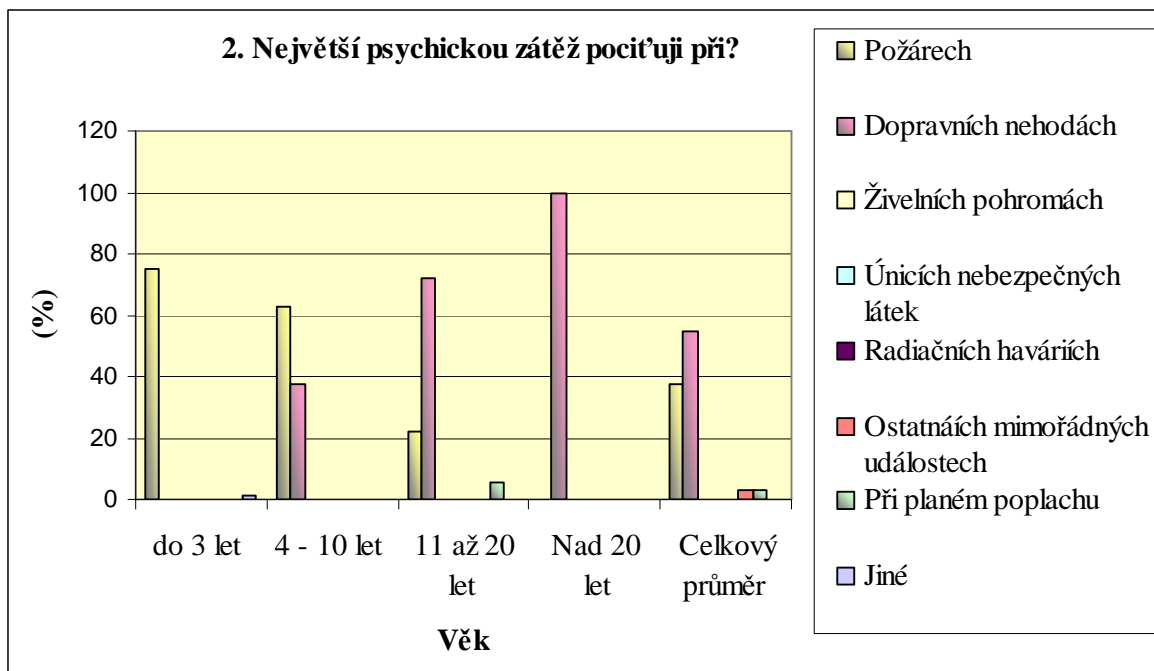


Graf 14. Působení zátěže na příslušníky

U dotazovaných s nejnižší praxí u HZS působí podle výzkumu ze 100 % zátěž psychická. Podle mne, je to dáno tím, že se jedná o mladé fyzicky zdatné hasiče.

U kategorie s praxí 4 až 10 let převažuje psychická zátěž, kterou zvolilo šest z osmi dotazovaných.

Respondenti ve věkové skupině 11 až 20 let odpovídali převážně na zátěž fyzickou a to přes 77 % zbytek odpovědí byla zátěž psychická.

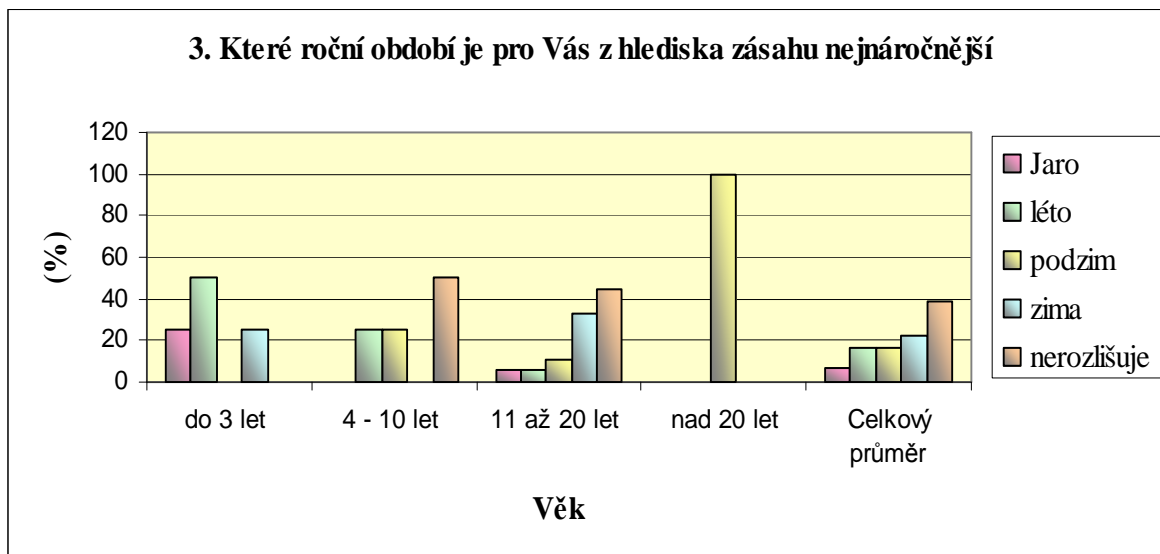


Graf 15. Působení psychické zátěže na příslušníky

Dotazovaní s praxí do tří let pocítují nejvyšší psychickou zátěž při požárech, což uvedlo 75 procent respondentů. Jeden respondent uvedl jinou možnost a to při smrtelných nehodách.

Respondenti ve skupině 4 až 10 let, uvedli jako největší psychickou zátěž požáry, zbylí tři uvedli dopravní nehody.

Skupina 11 až 20 let uvedla největší psychickou zátěž při dopravních nehodách, kterou vybralo třináct dotazovaných, čtyři respondenti uvedli požáry a jeden hasič zvolil variantu planého poplachu.

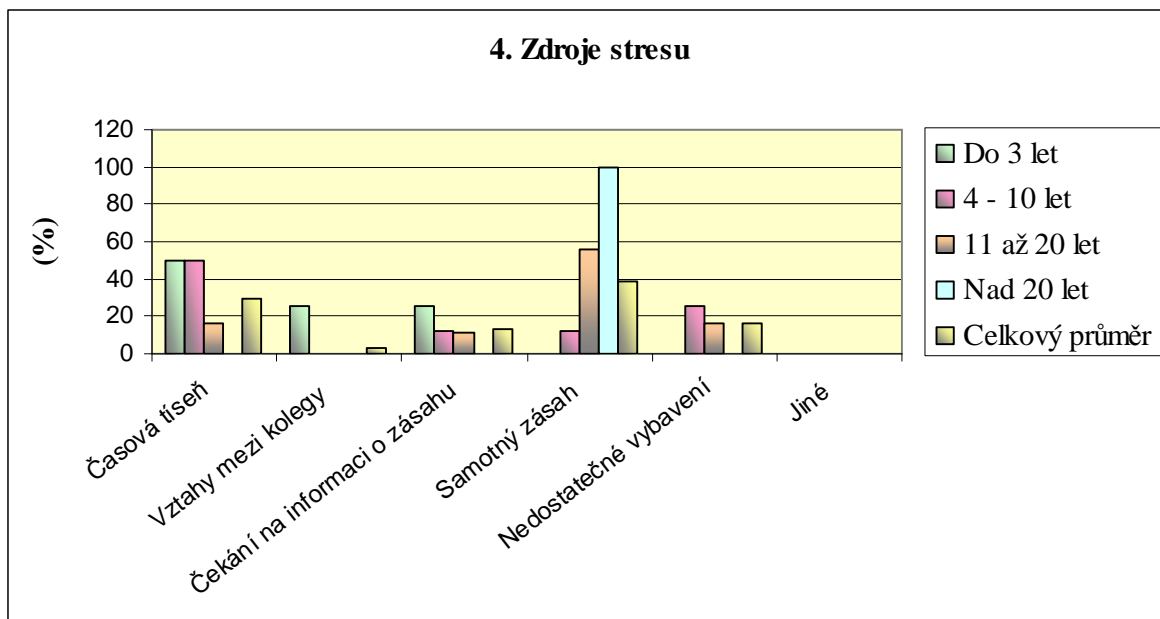


Graf 16. Rozdíl ročních období, z hlediska náročnosti zásahu

U dotazovaných do tří let je nejnáročnějším obdobím pro zásah léto, kterou uvedlo 50 % respondentů. Zbytek, je rozdělen rovným dílem mezi jaro a zimu.

Skupina 4 až 10 let z větší části nerozlišuje mezi ročním obdobím z hlediska zásahu, tuto možnost si zvolilo 50 % respondentů.

Hasiči s praxí 11 až 20 let většinou nerozlišují mezi ročním obdobím. Tuto možnost vybralo 8 dotazovaných, 6 respondentů označilo zimu za období s nejnáročnějším zásahem.

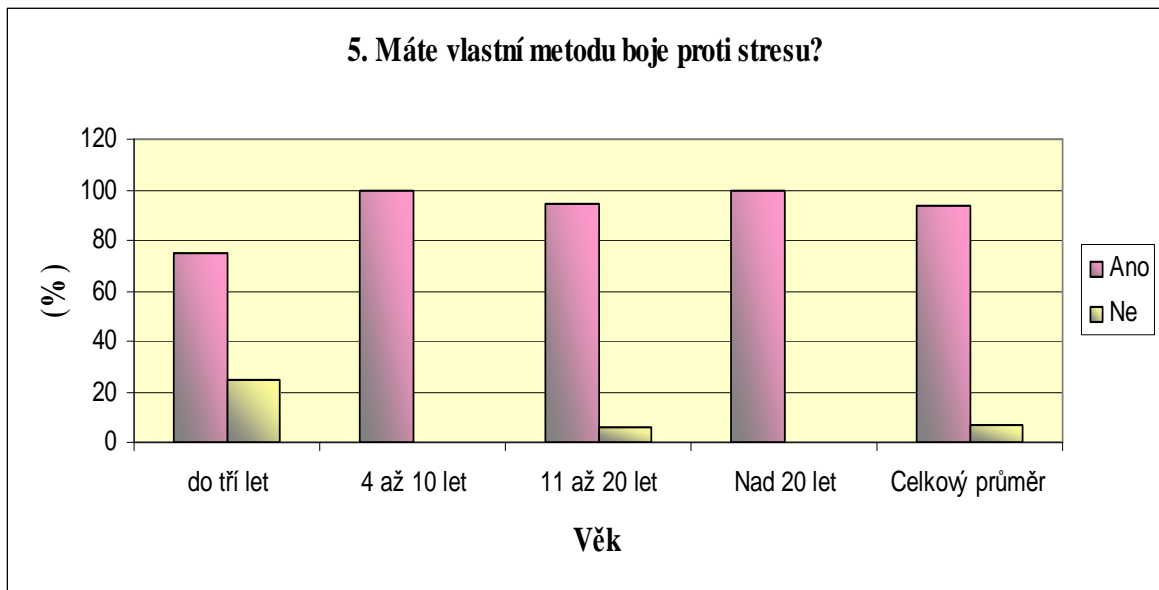


Graf 17. Varianty zdrojů stresu, působící na příslušníky u výjezdu

Respondenti s nejnižším počtem odsloužených let uvedli jako největší zdroj stresu časovou tíseň. Tuto možnost si vybralo 50 % dotazovaných. Vztahy mezi kolegy a čekání na informaci o zásahu uvedlo po jednom respondentovi.

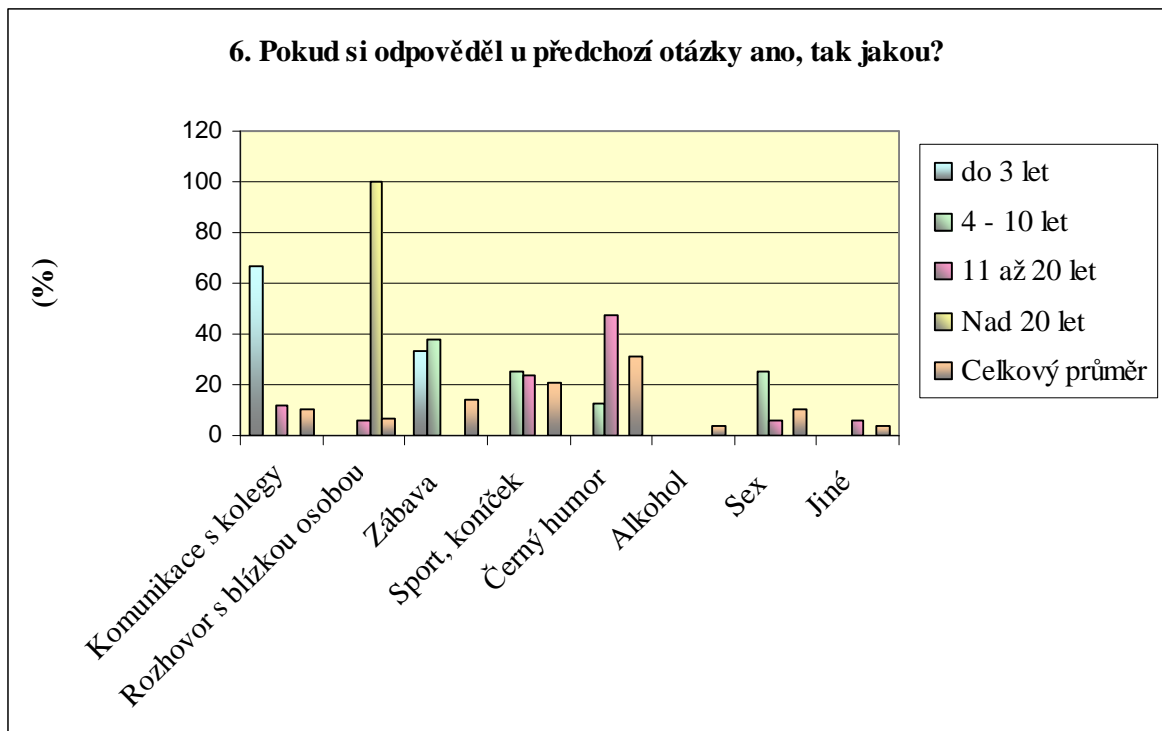
Skupina s odslouženými 4 až 10 lety udala jako zdroj stresu časovou tíseň, kterou uvedli čtyři dotazovaní. Dva respondenti zvolili nedostatečné vybavení a po jedné odpovědi si rozdělili čekání na informaci o zásahu a samotný zásah.

Hasiči s praxí 11 až 20 let uvedli samotný zásah, jako největší zdroj stresu. To označilo za odpověď 10 respondentů. Po třech odpovědích dostala možnost samotný zásah a nedostatečné vybavení. Dva dotazovaní si vybrali jako odpověď čekání na informaci o zásahu.



Graf 18. Metoda boje proti stresu

U otázky vlastní metody boje proti stresu odpovídala většina dotazovaných kladně. Rozdíl byl pouze u respondentů do tří let, kde jeden hasič uvedl, že metodu nemá. Možná je to dáno tím, že nemá dostatečnou praxi a asi ještě nenašel tu správnou metodu boje proti stresu.



Graf 19. Vlastní typy metod boje proti stresu

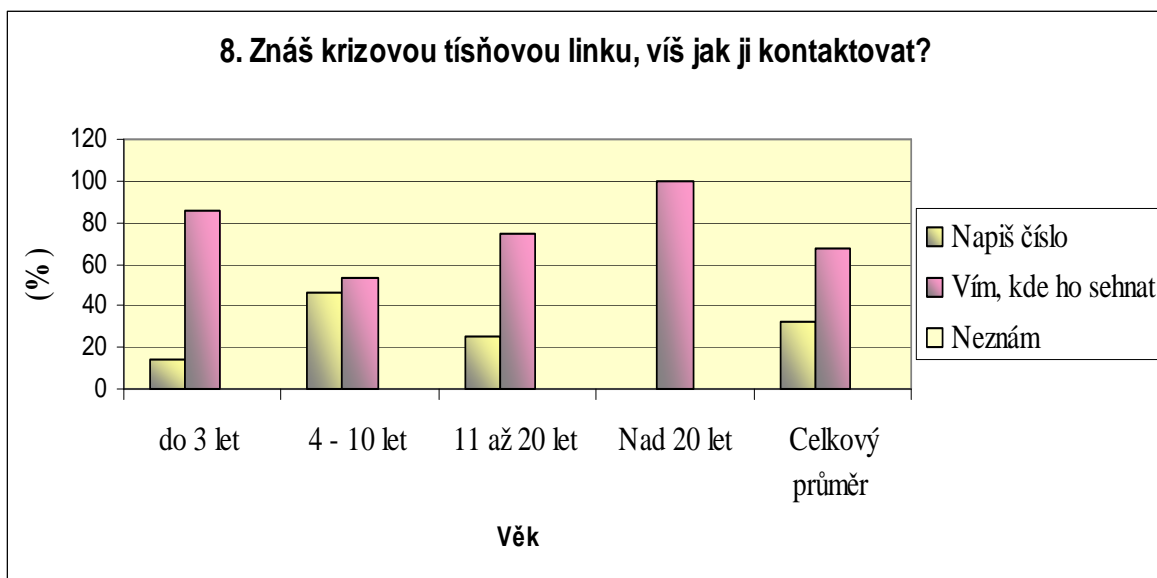
U skupiny s praxí do tří let získala nejvíce odpovědí komunikace s kolegy. Tuto odpověď si zvolilo přes 66 % respondentů, jeden dotazovaný si zvolil zábavu.

Nejvíce odpovědí u hasičů s praxí 4 až 10 let získala zábava. Po dvou odpovědích získala možnost sport a sex. A jeden hasič si vybral jako formu boje proti stresu černý humor.

Dotazovaní s praxí 11 až 20 let využívají převážně černý humor, jako forma boje proti stresu. Danou možnost zvolilo osm respondentů. Čtyři respondenti si zvolili sport, dva komunikaci s kolegy a po jedné odpovědi si rozdělila možnost rozhovor s blízkou osobou, sex a varianta jiné. jako jinou variantu si daný hasič zvolil práci.

7. Myslíte si, že se dá teoretickým školením zlepšit zvládání krizových situací:

Otázka byla vyhodnocena v předchozí části, dle rozdělení podle věkových skupin.

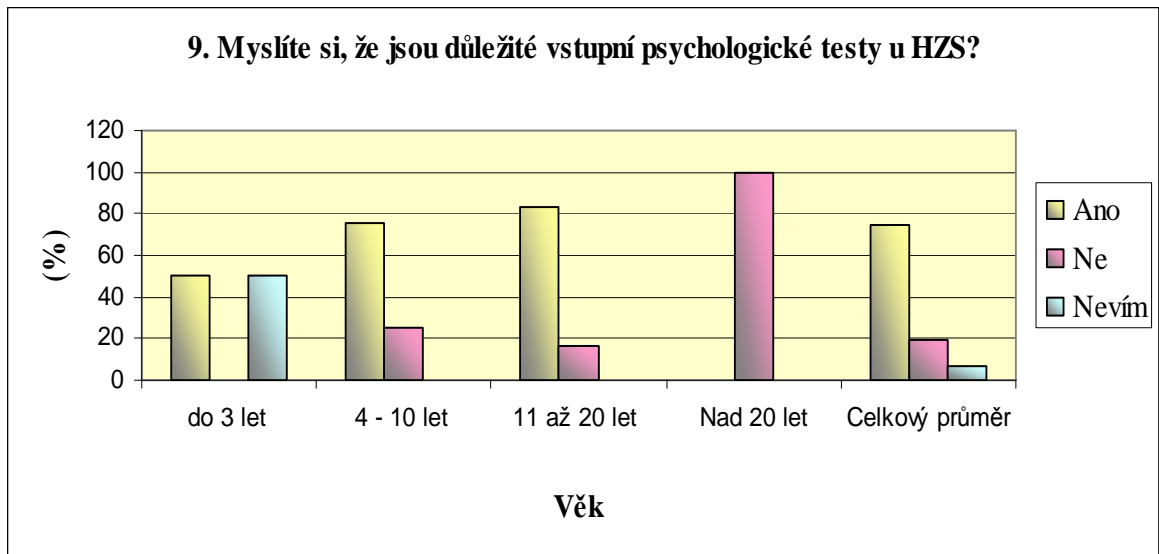


Graf 20. Krizová linka

Výstupy grafu ukázaly, že většina hasičů si dokáže číslo sehnat. zajímavé je, že nikdo nevedl, že dané číslo nezná, což mě překvapilo.

U dotazovaných s nejnižší praxí a i u respondentů zařazených do skupiny 4 až 10 let byly odpovědi nerozhodné.

U respondentů s praxí 11 až 20 let uvedli dotazovaní že vědí, kde ho sehnat. Tuto variantu využilo 14 hasičů. Zbytek dotazovaných napsal číslo dané linky.



Graf 21. Hodnocení vstupních psychologických testů

Padesát procent dotazovaných respondentů s praxí do tří let odpovědělo na otázku ano, druhá polovina zvolila možnost nevím.

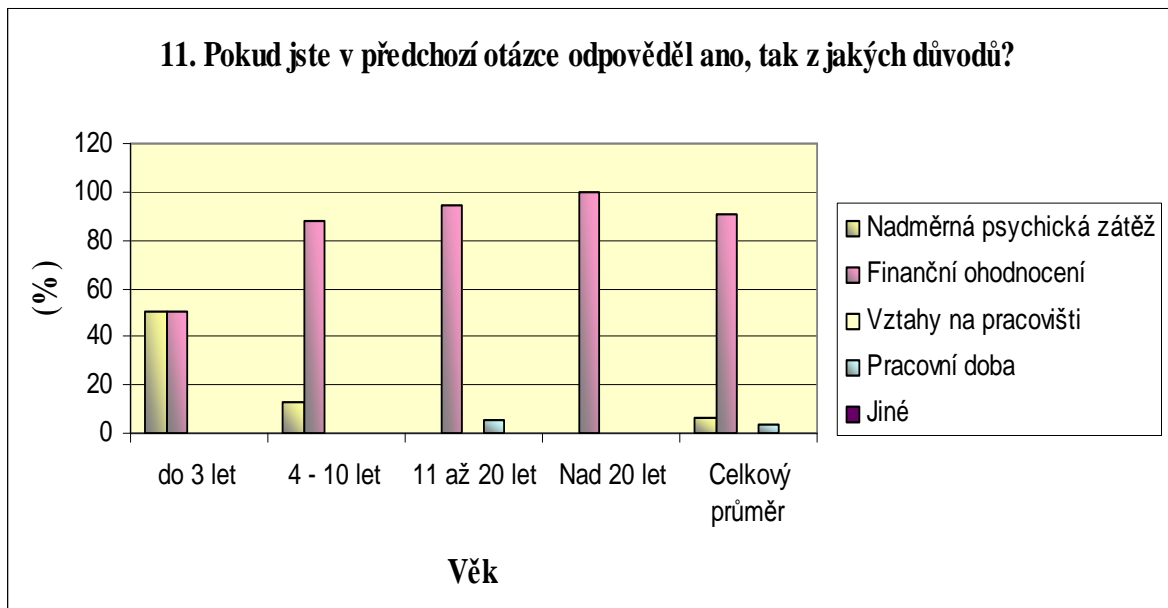
Hasiči s praxí 4 až 10 let odpověděli k významnosti psychologických testů k přijetí do služebního poměru volbou ano, což bylo patnáct respondentů. Zbylí tři zvolili variantu zápornou.

Respondenti s praxí 11 až 20 let odpovídali téměř totožně, jako předchozí skupina.



Graf 22. Názory příslušníků na změnu zaměstnání

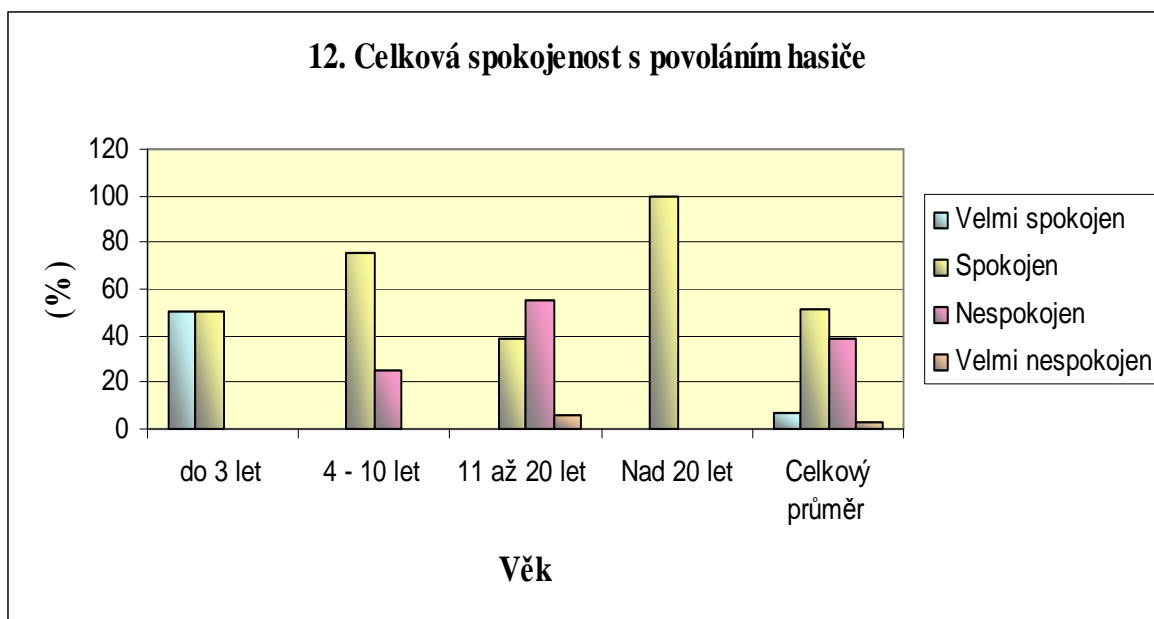
U hasičů s nejnižší dobou praxe, byly odpovědi vyrovnané. Respondenti zahrnutí do zbylých skupin, rozdělených podle délky praxe, odpověděli všichni kladně. Což se dalo asi předpokládat z důvodu finančního ohodnocení a stresu, který na ně při jejich povolání dopadá.



Graf 23. Důvody, vedoucí ke změně zaměstnání

Z výstupu grafu je patrné, že většina hasičů odpověděla na otázku z jakých důvodů by změnila povolání výběrem finančního ohodnocení. Výjimkou byly respondenti s nejnižší dobou praxe, kteří uvedli psychickou zátěž a finanční ohodnocení.

Jeden hasič zvolil variantu pracovní doby, jako důvod pro změnu zaměstnání.



Graf 24. Celková spokojenost s povoláním hasiče

Výstupy výzkumu ukázaly, že hasiči s nejnižší praxí jsou celkově spokojeni. Jejich odpovědi se rozdělili rovným dílem mezi kladné varianty. Je to dáno zřejmě tím, že teprve začínají a jsou rádi, že mají vůbec nějakou práci v dnešním turbulentním prostředí zmítaném krizí. U dotazovaných s praxí 4 až 10 let převažovala odpověď spokojen, kterou zvolilo šest z osmi dotazovaných. Zbýlí dva hasiči preferovali variantu nespokojen.

U respondentů s praxí 11 až 20 let převažovala nespokojenost s povoláním hasiče. Tuto možnost si vybralo deset z celkových osmnácti dotazovaných. Variantu velmi nespokojen si vybral jeden z dotazovaných.

13. S čím jste nejvíce nespokojeni u HZS?

Poslední otázka jsem zvolil jako možnost vlastního názoru hasičů, bez ovlivnění předepsanými možnostmi. Odpovědi na otázku téměř vždy korespondovaly s otázkou číslo jedenáct. I když hasiči měli možnost vyjádřit svůj názor možnostmi rozepsání, tak ve většině případů uvedli je několika slovné odpovědi. Tyto odpovědi ve týkali finančního ohodnocení za jimi vykonanou práci. Odpovědi na tuto otázku se nelišili dle délky praxe jednotlivých respondentů.

ZÁVĚR

V diplomové práci jsem se věnoval zátěžovým situacím v profesi hasiče a možnostem jejich zvládnutí. Snažil jsem se nastínit, co profese hasiče obnáší, z čeho se skládá jeho pracovní den. A s jakými obtížemi se může potýkat.

V teoretické části se zabývám aspekty, jako je stres, trauma, krize, krizová situace, mimořádná událost a jejich dopady na zdraví člověka. Ve výzkumné části byla použita metoda průzkumu pomocí anonymního dotazníku. Uvedený dotazník obdrželi výjezdoví hasiči ÚO Uherské Hradiště. Z celkového počtu 36 dotazníků se mi zpět vrátilo 31, což představuje 86 %. Všechny uzavřené otázky uvedené v dotazníku, byly následně vyhodnoceny graficky. Zvolil jsem dvě kritéria, podle kterých jsem následně jednotlivé otázky analyzoval. Jako kritéria jsem zvolil věkovou kategorii a délku odsloužených let u Hasičského záchranného sboru České republiky.

Výstupy výzkumu mě přivedly k následujícím skutečnostem: rozhodujícím věkovým zastoupením v ÚO Uherské Hradiště, je střední generace od 31 až 40 let. Podle odsloužených let se jedná o skupinu s praxí 11 až 20 let.

Další zjištění vyplývající z grafu je, že na hasiče do třiceti let působí více psychická zátěž, než na jejich služebně starší kolegy na které dopadá více zátěž fyzická. Výstupy výzkumu ukázaly, že většina hasičů, pociťuje největší psychickou zátěž při dopravních nehodách. Tuto možnost zvolilo nejvíce hasičů ve všech věkových kategoriích. Za nejnáročnější období pro zásah označila většina dotazovaných variantu nerozlišuji.

Ve věkové kategorii 41 a více let označili respondenti jako zdroj stresu samotný zásah. Jejich mladší kolegové volili variantu časovou tíseň a čekání na informaci o zásahu. Vlastní metodu boje proti stresu má téměř každý z dotazovaných záchranářů. Většina hasičů uvedla, že dává přednost praktickým zkušenostem před teoretickým školením. Všichni dotazovaní hasiči znají krizovou tísňovou linku. U důležitosti vstupních psychologických testů, odpověděla většina respondentů kladně.

Přes 93 % dotazovaných hasičů, uvažovalo o změně zaměstnání a to převážně z důvodu finančního ohodnocení napříč všemi věkovými kategoriemi. Celkovou spokojenost se svým povoláním vyjádřila většina dotazovaných záchranářů.

CONCLUSION:

In the thesis I followed up stressful situations of firefighter's profession and possibilities of their managing. I tried to outline what the firefighter profession is about, what is all working day about and the difficulties he may be faced.

In the theoretical part I deal with aspects such as stress, trauma, crisis, crisis situation, incidents and their impacts on human health. In the research part was used a method of a survey using an anonymous questionnaire. Mentioned questionnaire received outgoing firefighters of UO Uherske Hradiste. From total amount of 36 questionnaires I received 31 back which representing 86%. All closed questions listed in the questionnaire were then evaluated graphically. I chose two criteria by which I then analyzed each questions. As the criteria I have chosen age category and length of seniority in the Fire Rescue Brigade of the Czech Republic.

Outputs of research led me to the following factors: age decisive presence in CS Uherske Hradiste is a middle-aged generation from 31 to 40 years. According to seniority it is a group with 11 to 20 years practice.

Other findings taken from the chart are that the thirty years old firefighters are more psychological stressed than their senior colleagues, which are more under the influence of physical load. Outputs of research showed that the most of firefighters feel more psychologically stressed in traffic accidents. This option chose most of the firefighters in all age categories. For the most demanding period for the intervention, most respondents identified the distinction variant. Respondents in age of 41 and over marked intervention as a source of stress. Their younger colleagues chose option of crunch time and waiting for information about the intervention. Personal method of combating stress has interviewed almost every one of rescuers. Most of the firefighters mentioned that they prefer practical experience from theoretical training. All interviewed firefighters know the crisis hotline. At the importance of input of psychological tests, most respondents answered positively.

Over 93% of asked firefighters considered a change of occupation, mainly due to financial evaluation across all age categories. The overall satisfaction with their profession expressed most of the interviewed rescuers.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

- [1] ATKINSON, RITA L., ATKINSON, RICHARD C., SMITH, EDWARD E., et al. *Psychologie. 2. vydání.* Praha: Portál, s.r.o., 2003. 752 s. ISBN 80-7178-640-3.
- [2] BAŠTECKA, B. a kol. *Klinická psychologie v praxi. 1. vyd.* Praha: Portal, 2003. 420 s. ISBN 80-7178-7735-3.
- [3] Baštecká Bohumila a kolektiv: *Terénní krizová práce – Psychosociální intervenční týmy*, Grada Publishing, a.s., 2005, ISBN 80-247-0708-X
- [4] Bedrnová, E. a kol.: *Duševní hygiena a sebeřízení pro vysokoškoláky a mladé manažery.* Praha, Fortuna 1999, 1.vyd., 160s., ISBN 80-7168-681-6
- [5] BENDA J., DOHNAL D.: *Program redukce stresu*, HZS ČR Praha 2005, 1. vydání. Edice ISBN 80-86640-41-8
- [6] BLAHOSLAV KRAUS, *Základy sociální pedagogiky*, Praha: Portál, 2008, s. 142
- [7] BOUČEK, J., PLEŠKA, I., TIRAYOVÁ, L. (1994). Die Loesung der Krisensituationen in der Psychiatrie. Biomedical Papers (AUPO), 138, 35 - 39. (cit. dle Entnerová, P., Bouček, J. (1997). *Psychické reakce na závažný stres - záplavy v létě 1997 v ČR. (s. 131).* Psychiatrie. 1 (3 - 4), 130 - 134.
- [8] BRÁDKA, S., aj. *Posouzení profesionální fyzické a psychické zátěže příslušníků Sboru PO. Příbram : Ústav hygieny práce v uranovém průmyslu Příbram, 1994*
- [9] EIS, Z. *Volejte linku důvěry!* Jinočany: 1993, 122s., ISBN 80-85467-20-8
- [10] HANUŠ, P., HELLEBRANDOVÁ, K. *Krizová intervence. 1. vyd. Praha :* Vzdělávací institut ochrany dětí, 2006. 24 s. ISBN 80-86991-84-9
- [11] Hartl,P., Hartlová, H.: *Psychologický slovník*, Portál 2000
- [12] IRMIŠ, F., *Nauč se zvládat stres*, Praha: Alternativa, 1996. ISBN 80-85993-02-3
- [13] JEDLIČKA, R., KOŤA, J. : *Aktuální problémy výchovy: ANALÝZA A PREVENCE SOCIÁLNĚ PATOLOGICKÝCH JEVŮ U DĚTÍ A MLÁDEŽE.* Praha: Karolinum. 1998.170 s.
- [14] KASTOVÁ, V.: *Krize a tvořivý přístup k ní.* 1. vyd. Portál, Praha 2000. 168s. ISBN 80-7178-365-X

- [15] KEBZA, V.: *Psychosociální determinanty zdraví. Praha, Academia 2005*. ISBN 80-200-1307-5
- [16] KNOPPOVÁ, D. a kol.: *Telefonická krizová intervence*. 1. vyd. Remedium, Praha 1997. 304s.
- [17] KOHOUTEK, Rudolf, *Psychologie zdraví a duševní hygiena*, Brno: Institut mezioborových studií, 2007, 127 s.
- [18] KŘIVOHLAVÝ, J., *Jak zvládat stres*, Praha, Grada, Avicenum, 1994. 190 s., ISBN 80-7169-121-6
- [19] LINHART, P. *Některé otázky ochrany společnosti*. Praha: Ministerstvo vnitra - generální ředitelství HZS ČR, 2005. ISBN 80-86640-43-4.
- [20] LUCKÁ, Y. - KOBRLE, L.: *Srážka s překážkou in Krizová intervence*, 1. vyd., Praha: Portál, 2002, 544s., ISBN 80-7178-696-9.
- [21] MACHAČ, M. – MACHAČOVÁ, H. *Psychické rezervy výkonnosti*. Stres, Hypnosugesce, Autoregulace. 1. vydání. Praha: Karolinum, 1991. ISBN 80-7066-485-1.
- [22] MACHAČ, M. – MACHAČOVÁ, H. – HOSKOVEC, J. *Emoce a výkonnost*. 2. vydání. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1985
- [23] MALÍK, L. *Názory příslušníků HZS ČR na posttraumatickou intervenční péči*. 112: odborný časopis požární ochrany, integrovaného záchranného systému a ochrany obyvatelstva, 2007, roč. 6, č.6, s.13, ISSN: 1213-7057
- [24] MLČÁK, Z. *Psychologie zdraví a nemoci*. 1. vydání. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě Filozofická fakulta, 2007. 84 s. ISBN 80-7368-035-1
- [25] PANOCHA, V., (1997). *Integrovaný záchranný systém (IZS) v České republice*. Praha: Armex
- [26] PELCÁK, S., KOUKOLA, B. Salutogeneze, nezdolnost a možnosti preventivní i poradenské péče u hasičů – záchranářů. *Psychologie v ekonomické praxi*, 1998, roč. 33, č. 3–4, s. 107–119

- [27] PLAMÍNEK, J. *Sebepoznání, sebeřízení a stres*. 2. vyd. Praha: Grada, 2008, 178 s. ISBN 978-80-247-2593-2
- [28] PRAŠKO, J. VYSKOČILOVÁ, J. PRAŠKOVÁ, J. *Úzkost a obavy: jak je překonat*. Praha: Portál s.r.o. 2006, 232 s, ISBN 80-7367-079-8
- [29] PRAŠKO, J. *Stop traumatickým vzpomínkám*. Vydání 1. Praha: Portál 2003. 178 s. ISBN 80-7178-811-2.
- [30] PROCHÁZKOVÁ, D: *Živelné a jiné pohromy*. Sborník "Požární ochrana Praha 2004, ISBN 80-86634-39-6
- [31] SKALSKÁ, K., HANUŠKA, Z., DUBSKÝ, M. *Integrovaný záchranný systém a požární ochrana : modul I*. Vyd. 1. Praha : MV - generální ředitelství Hasičského záchranného sboru ČR, 2010. ISBN 978-80-86640-59-4
- [32] STOLÁŘOVÁ, M.: *Hasičský záchranný sbor a integrovaný záchranný systém in Terénní krizová práce*, 1. vyd., Praha: Grada, 2005, 300 s., ISBN 80-247- 0708-X.
- [33] STOLÁŘOVÁ M.: *Posttraumatický intervenční tým HZS ČR*, Ministerstvo vnitra – Generální ředitelství hasičského záchranného sboru 2004
- [34] SOTOLÁŘOVÁ, M. *Psychologická služba HZS ČR. 150 HOŘÍ*, 2003, roč. 13, č. 7, s. 12
- [35] ŠENOVSKÝ M., ADAMEC V., HANUŠKA Z., : *Integrovaný záchranný systém*, Ostrava 2005, 1. vydání, Edice ISBN: 80-86634-55-8
- [36] ŠENOVSKÝ M., ADAMEC V.: *Základy krizového managementu*, Ostrava 2004, 2. doplněné vydání, Edice ISBN: 80-86634-44-8
- [37] ŠILHÁNEK, B., DVOŘÁK, J., (2003). *Stručná historie ochrany obyvatelstva v našich podmínkách*. Praha: Ministerstvo vnitra – generální ředitelství HZS ČR
- [38] ŠPATENKOVÁ, N., a kol.: *Krizo-psychologický a sociologický fenomén*, Grada 2004
- [39] ŠPATENKOVÁ, N. *Krizová intervence pro praxi*. Praha: Grada Publishing, a.s., 2004. ISBN 80-247-0586-9.

- [40] ŠVÁB, S., *Psychologie práce pro nováčky, hasiče - záchranáře, ale nejen pro ně.* Ostrava : Sdružení požárního a bezpečnostního inženýrství, 2006. 43 s. ISBN 80 - 86634-84-1.
- [41] ŠVÁB, S. *Základy pracovní a inženýrské psychologie hasiče.* Ostrava : Sdružení požárního a bezpečnostního inženýrství, 1998, s. 48 - 49. ISBN 80-86111-27-X
- [42] VÁGNEROVÁ, M. *Psychopatologie pro pomáhající profese.* 2 vyd. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-802-3
- [43] VIZINOVÁ DANIELA, PREISS MAREK; *Psychologické trauma a jeho terapie;* Praha, Portál 1999; 158 s. ISBN 80-7178-284-X
- [44] VODÁČKOVÁ, D. *Krizová intervence.* Praha: Portál, 2002. 540s. ISBN 80-7178-696-9
- [45] VODÁČKOVÁ, D. a kol. *Krizová intervence.* 2.vyd. Praha: Portál, s.r.o., 2007. 544 s. ISBN 978-80-7367-342-0.
- [46] VOLF, O. *Konpekty odborné přípravy jednotek požární ochrany.* Ostrava: Sdružení požárního a bezpečnostního inženýrství 2008, 2. aktualizované vydání. ISBN: 80-86111-46-6
- [47] VONÁSEK, V., LUKEŠ, P. et al. *Statistická ročenka 2007 Česká republika: Požární ochrana: Integrovaný záchranný systém: Hasičský záchranný sbor ČR.* redaktor: Vykoukal, J. (2008). Praha: MV-GŘ HZS ČR. Příloha časopisu 112,
- [48] VYMĚTAL, Š., VITOUŠOVÁ, P., ČÍRTKOVÁ, L., KLOUBEK, M.: *Novináři a oběti trestných činů.* Praha: Themis, nakladatelství Tiskárny MV, 2008.

INTERNETOVÉ ZDROJE:

- [49] *Centrum psychoterapie* [online]. cit.[2011-08-03]. Dostupný z WWW:
<<http://www.centrumpsychoterapie.cz/pouzivane-metody/krizova-intervence/>>.
- [50] *Cisis intervention* [online]. cit.[2011-08-03]. Dostupný z WWW:
<http://www.drogy-info.cz/index.php/info/glosar_pojmu/k/krizova_intervence_crisis_intervention>.
- [51] *Co jsou akutní a posttraumatické stresové reakce?* [online]. cit.[2011-08-04]. Dostupné na WWW: <<http://www.hzscr.cz/clanek/co-jsou-akutni-a-posttraumaticke-stresove-reakce.aspx>>.
- [52] *Hasič - rytíř 21. století* [online]. cit.[2011-08-03]. Dostupný z WWW: <<http://www.hzscr.cz/clanek/hasic-rytir-21-stoleti-408513.aspx>>.
- [53] *Hasičský záchranný sbor České republiky* [online]. cit.[2011-08-03]. Dostupný z WWW:<http://cs.wikipedia.org/wiki/Hasi%C4%8Dsk%C3%BD_z%C3%A1chrann%C3%BD_sbor_%C4%8Cesk%C3%A9_republiky>.
- [54] *Historie profesionální požární ochrany v českých zemích* [online]. cit.[2011-08-03]. Dostupný z WWW: <<http://www.hzscr.cz/clanek/historicka-expozice-ve-zbirohu-historie-profesionalni-pozarni-ochrany-v-ceskych-zemich.aspx>>.
- [55] *Jednotka hasičského záchranného sboru kraje* [online]. cit.[2011-08-03]. Dostupný z WWW:
<http://aplikace.mvcr.cz/archiv2008/hasici/izs/ojpo/vykon_hasici.html#hzsk>
- [56] *Krizová intervence* [online]. cit.[2011-08-03]. Dostupný z WWW: <<http://www.nasloucham.cz/nabizime/krizova-intervence.php>>.
- [57] MEZNÍKOVÁ, M. *Psychologická služba*. In Hasičský záchranný sbor Jihočeského kraje [online]. České Budějovice. Dostupné na WWW: <http://www.hzscb.cz/index.php?id_h=8&id_m=0>.
- [58] *Policie České republiky* [online]. cit.[2011-08-03]. Dostupný z WWW: <<http://cs.wikipedia.org/wiki/Policie>>.

INTERNÍ MATERIÁLY:

- [65] *Pokyn generálního ředitele HZS ČR a náměstka ministra vnitra č. 29/2003, kterým se vydává Statut psychologických pracovišť Hasičského záchranného sboru ČR*
- [66] *Prevence sociálně nežádoucích jevů, Ústav psychologického poradenství a diagnostiky, 1/2004, Brno, s. 30*
- [67] *Sbírka interních aktů řízení generálního ředitele hasičského záchranného sboru České republiky a náměstka Ministra vnitra, kterým se stanovují podmínky pro povolání psychologa HZS ČR do výkonu služby v operačním řízení, V Praze, dne 4. 8. 2006*
- [68] *Sbírka interních aktů řízení generálního ředitele HZS ČR a NMV - částka 29/2*
- [69] *Vyhláška č. 487/2004 Sb., o osobnostní způsobilosti, která je předpokladem pro výkon služby v bezpečnostním sboru, ve znění vyhlášky č. 658/2004 Sb.*
- [70] *Zákon č. 239/2000 Sb., o integrovaném záchranném systému a změně některých zákonů. MV – generální ředitelství hasičského záchranného sboru ČR.*

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

- HZS Hasičský záchranný sbor
- IZS Integrovaný záchranný systém.
- PIP Posttraumatická intervenční péče.
- ZZS Zdravotnická záchranná služba

SEZNAM OBRÁZKŮ

Obr. 1. Znak policie.....	17
Obr. 2. Znak HZS.....	17
Obr. 3. Znak ZZS.....	17
Obr. 4. Telefonní linka HZS.....	21

SEZNAM TABULEK

Tab. 1. Mimořádné události při zásahu HZS	21
Tab. 2. Dělení stresorů	39
Tab. 3. Souhrn událostí ve Zlínském kraji	58
Tab. 4. Počet událostí řešených v souvislosti se sněhem a ledem	59
Tab. 5. Počet událostí v souvislosti s povodněmi	60
Tab. 6. Počet událostí způsobených sesuvy půdy	60
Tab. 7. Počet událostí způsobených větrem a bouřkami	61

SEZNAM GRAFŮ

Graf 1. Rozdělení respondentů dle věku.....	65
Graf 2. Rozdělení podle délky praxe u HZS.....	65
Graf 3. Působení zátěže na příslušníky.....	66
Graf 4. Působení psychické zátěže na příslušníky.....	67
Graf 5. Rozdíl ročních období, z hlediska náročnosti zásahu.....	68
Graf 6. Varianty zdrojů stresu, působící na příslušníky u výjezdu.....	69
Graf 7. Metoda boje proti stresu.....	70
Graf 8. Vlastní typy metod boje proti stresu.....	71
Graf 9. Krizová linka.....	73
Graf 10. Hodnocení vstupních psychologických testů.....	74
Graf 11. Názory příslušníků na změnu zaměstnání.....	75
Graf 12. Důvody, vedoucí ke změně zaměstnání.....	76
Graf 13. Celková spokojenost s povoláním hasiče.....	77
Graf 14. Působení zátěže na příslušníky.....	78
Graf 15. Působení psychické zátěže na příslušníky.....	79
Graf 16. Rozdíl ročních období, z hlediska náročnosti zásahu.....	80
Graf 17. Varianty zdrojů stresu, působící na příslušníky u výjezdu.....	81
Graf 18. Metoda boje proti stresu.....	82
Graf 19. Vlastní typy metod boje proti stresu.....	83
Graf 20. Krizová linka.....	84
Graf 21. Hodnocení vstupních psychologických testů.....	85
Graf 22. Názory příslušníků na změnu zaměstnání.....	86
Graf 23. Důvody, vedoucí ke změně zaměstnání.....	87
Graf 24. Celková spokojenost s povoláním hasiče.....	88

SEZNAM PŘÍLOH

- P I Hluboké jsou kořeny hasičského záchranářství – hasičské vyznání z počátku
dvacátého století (psal se rok 1912)
- P II Srovnání
- P III Stupnice těžkých životních situací

PŘÍLOHA P I: HLUBOKÉ JSOU KOŘENY HASIČSKÉHO ZÁCHRANÁŘSTVÍ – HASIČSKÉ VYZNÁNÍ Z POČÁTKU DVACÁTÉHO STOLETÍ (PSAL SE ROK 1912)

Všem mladým a nastupujícím hasičům - záchranářům bych chtěl připomenout, že jsou nástupci a pokračovateli naplňování významné lidské činnosti, která vzešla z potřeby pomoci druhému v nouzi vzniklé ohrožením jeho života a majetku. Neboť, člověk je tvor společenský. Pro vlastní seberealizaci se vzájemně potřebujeme. Dnes pomůžu já Tobě, zítra pomůžeš Ty mě.

Jak velký důraz kladli naši předkové na výchovu mladé generace hasičů (tehdy jen dobrovolných hasičů) názorně dokumentuje přednáška pana Františka Válečka, starosty Hasičské župy moravských enkláv ve Slezsku č.14 a též starosty obce a náčelníka hasičského sboru v Mikolajicích. Přednáška byla přednesena na župní škole Hradecké župy č. 7 (Gudrichova-Slezsko). Z této přednášky uvádím hlavní myšlenky s aktualizujícími poznámkami.

Přednáška byla uvedena jako „Vlastnosti dobrého hasiče“. Výčet vlastností uvádím ve stejném pořadí jak je uveden v původní přednášce včetně jejich terminologického označení. Tak tedy jaká byla představa „dobrého hasiče“ v roce 1912. Jako první vlastnost je uvedena:

- Bdělost a pohotovost

Ať den či noc, buď jedno nám, na stráží stůjme bdělí! Pomoci kde nutně třeba mají, nečekej, až Tebe zavolají! Oči a uši máme mítí otevřené, abychom hned poznali, kde pomoci naší potřebují. Aby mohla být uvedená vlastnost realizována jsou připomínány související důležité podmínky. Pořádek v ukládání výzbroje a výstroje. Dostatek místa ve zbrojnici. Technické a organizační podmínky rychlého výjezdu - vrata nejen na venek, ale i dovnitř aby otvírati se dala. Ku zbrojnici nestačí mítí toliko jeden klíč. Stříkačka budiž vždy k odjezdu přichystána, aby se snad k požáru bez hadic nebo koše savého či svíček nevyjelo.

Sbory v lesnaté krajině obeznámené s hašením lesních požárů včetně poučování občanů. Sbory podle vod vycvičené v záchranných pracích při povodních. Na pořízení člunů, vorů, lan a háků byla již tehdy zemská subvence.

- Kázeň a pořádek

Dobrá kázeň má větší cenu než dobrá nauka (rozuměj – cvičení). Na dobrém pořádku záleží všecko. Když velitel první a nejvíce dbá kázně a pořádku, pak může je očekávat i od svých hasičů.

Pořádek ve výzbroji a výstroji zvyšují hasičové vážnost svou i svého sboru. Práce uložené konati se mají bez odmluvení. Každý má znát své místo při obsluze stříkačky.

- Mužnost a neohroženost

Odvahu na čele, rámě z ocele! Mužnost-li se s klidnou myslí pojí, i přísný osud musí ustoupiti. Ne slov, ale činů třeba! Chovejme se statečně a neohroženě jak při požáru, tak i v životě občanském.

- Obětavost a odvaha

Kde vůle pevná, mysl neohrožená a snaha vytrvalá, tam i skrovné síly divy tvoří! Jen ten hasič vlasti zdárným synem, jenž svou sílu dobrým tvrdí činem! Odvaha i obětavost mají však své meze. Je-li kdo trknutý (rozuměj podnapilý) nemá u požáru co dělat. Milovníci „skleniček“ 38 nepatří do sboru. Spěchej pomalu! Na nerovné cestě se stříkačka snadno poláme. Utíkáním ku požáru mnohý unaví se velice a při hašení vysílí se, nemůže se hýbat a příčina nemoci je hotova.

- Opatrnost a rozvaha

Opatrného Bůh miluje! Rozumnému všude kyne vítězství. Jen ten muž ducha sílu má, jenž dřív myslí, než mluvívá. Chladná rozvaha více prospěje nežli ukvapená práce. Žebře potřeba občas vyzkoušet na pevnost a při cvičeních neprovádět krkolomné a parádní kousky. K hasičské opatrnosti náleží též hasičské pojištění (rozuměj - pojistka proti úrazu). K občanské opatrnosti životní pojištění a proti škodě.

- Svornost a rovnost

Rovnost, svornost, bratrství spoj nás v župy klínu! Jedna krev nás bratři váže, přitulme se k sobě blíže! Lépe se daří každá práce, když víc rukou se jí chytí. Kde svornost, tam i Boží hojnost. Svornost velká díla tvoří, rozkol ničí vše a boží. Láska a svornost činí šťastné rodiny, šťastné obce, šťastné národy. Co je svornost? Tam kde lidé pospolu vedle sebe žijí, navzájem si pomáhají, tam je svornost.

- Vzájemnost a důvěra

Jeden za všechny a všichni za jednoho! Hasič u hasiče pomoc hledá! Člověk stává se tou měrou větším, čím více sebe a svou sílu poznává. Čím jste dnes, tím stali jste se sami svojí prací a svým rozumem! Naše sbory buďte květem vzájemnosti, občanství, naše hesla buďte vznětem k pokroku a bratrství. Ať sbor volí za své činovníky jen ty členy, ke kterým má plnou důvěru. Nenastane podezřívání, nechut' k práci, rozháranost spolkového života. Podvody a jiné nepoctivé jednání nebudou možné. Kdo spolkové peníze schová do „nezašité“ kapsy (rozuměj -uleje se) ten nemá místo ve sboru. Dobročinnost a láska k bližnímu Kdo prokazuje dobrodiní, je šťastnější než lidé jiní! Kdo pro svůj lid pracoval, nejlepší si staví pomník. Bez lásky co život člověka? Jedině to se daří, k čemu nás srdce táhne! Když oblažíme jiné bez odměny, nabude skutek teprve pravé ceny.

- Čest a poctivost

Dbej pravdy ve všem počínání, před tváří pravdy vše se sklání! Vystříhej se špatností. Co hasič, to muž vzorný, příkladem jiným. Přičiň se o to, aby občané mohli říci: „Hasičové jsou nejpořádnější lidé v obci“. Hasičové vnikají do cizích příbytků, uklízejí cizí majetek. Lehko by mohli něco odciziti, kdyby nedbali na čest hasičskou, na poctivost! Každý hasič ví, že nepoctivostí by sobě nepomohl, ale pošpinil by hasičskou čest, poškodil by celý sbor.

- Veselost

Pevná ruka, mysl veselá, často velkých divů vyvolá! Zábavy hasičské každého druhu buďte vždy lepšími, ušlechtlejšími, nežli bývají ostatní občanské zábavy. Zvláště nesmí se po cvičeních pravidelně navštěvovati hospoda! Jest nutné, aby hasičský svolávací signál nebyl vykládán posměšně.

- Pracovitost

Dělné dlaně – naše zbraně! Dokud síla, hledme díla, aby památka po nás zbyla! Nekazme svévolně svého zdraví, ale hledme ho udržeti nebo znovu nabýti. Jeden dnešek za více stojí, nežli dva zítřky. Pilný člověk nalezne času k odpočinku, lenivý nikdy nemá odpočinku dosti. Lenost způsobuje ničemnost, nemoc a chudobu.

- Spořivost a šetrnost

Chceš-li bohatý býti, neuč se jen vydělávati, ale i šetřiti! Kdo neumíš šetřiti, upracuj se k smrti, nezůstaviš haléře. Dávej pozor na své věci, aby se nekazily, nebo netratily. Žij podle své kapsy!

- Podnikavost a vytrvalost

Heslo: „ Zisk nebo v pysk“ měli bychom uplatňovati v životě ve všem. Když sami se přičiníme, budeme mít spíše zisk nežli ztrátu. Přejme podnikavosti a vytrvalosti. Pokud se někdo podnikavý mezi námi vyskytne tak mu všichni spíše závidíme.

- Střídmost a mírnost

U nás dosud tuze mnoho drží se na všelijaké lihoviny. Alkohol kazí žaludek, mozek, nervy. Podobně škodí také i kouření. Kouření krátí dech i věk.

- Volnost a hospodárnost

Stůj na svých nohách! Více člověka těší vlastní „koruna“, nežli vydlužený „tisíc“. Hleď dostačiti sobě sám, abys nemusel jiných se doprošovati, před nimi se styděti nebo se jim vyhýbati. To pole dobře rodí po kterém hospodář chodí.

- Prozíravost

Co mně může prospěti, co mně může škoditi? Kdo to rozeznat nedovede, neubrání se nohým mrzutostem. Hasič má býti vzorným občanem. Jeho chování má buditi úctu! Má čísti alespoň jedny noviny, ale ne štvavé, aby mohl správně rozsuzovati co užitečného může býti jemu, obci nebo národu.

- Spravedlnost

Čiň dobře a bude dobře! Cizí nechtějme, ale svého si hajme! S kým právo jest, ten smí býti ducha velikého. Spravedlivý má míti každého souseďa za pořádného, dokud se o jeho špatnosti nepřesvědčil. Spravedlivý každému vzdá patřičnou čest, ale žádnému nepodlézá. Spravedlivý nemusí býti ani pomlouvačným ani mstivým!

- Pokrokovost

V práci a vědění jest naše spasení. Jen osvěta a práce zachrání nás a přinese našim vnukům požehnání. Co bylo dobré našim dědům, není již dobré pro nás a našim vnukům nebude stačit co stačí nám! Mravní hodnota člověka a jeho práce jsou dobrým měřítkem pokroku.

- Láska k vlasti a národu

Milujme národ a své povolání, vzejde z toho vlasti požehnání! Co jest vlast? To jsou naše vlastní chalupy, naše vesnice, náš kraj, naše země. Jak máme svou lásku k vlasti a národu projevovati? Děti své vychovávejme po česku, učme je vážit si všeho českého. Kupujme pokud možno u našich českých firem a přistupujme za členy našich svépomocných spolků hasičských, hospodářských a záloženských a matice školské. Podíváme-li se na uvedený text pod zorným úhlem současnosti může na první pohled působit archaicky - budit úsměv. Při hlubším zamyšlení nad uvedeným textem se však začnou vynořovat momenty, které platí i v současnosti, dokonce některé můžeme řadit k nadčasovým. Při systémové analýze přednášky pana Františka Válečka se obsah přednášky sám uspořádal do následujících skupin, které uvádím v nezměněném pořadí se stručnými poznámkami. První skupinu tvoří vlastnosti spojené se základem osobnosti záchranáře.

Jsou to:

- Bdělost a pohotovost - měla by být vrozená (temperamentový základ).
- Kázeň a pořádek - obecně i historicky byla a je na velmi dobré úrovni.
- Mužnost a neohroženost - dravá ochota riskovat je neoddelitelná od práce hasiče.
- Obětavost a odvaha - taktéž (viz. mužnost a neohroženost).
- Opatrnost a rozvaha – taktéž (viz. mužnost a neohroženost).

Druhou skupinu tvoří vlastnosti spojené s týmovou spoluprací. Jsou to:

- Svornost a rovnost – dobré vztahy v pracovním týmu (soc.skupině) jsou podmínkou pro udržení výkonnosti týmu.
- Vzájemnost a důvěra - viz.svornost a rovnost.
- Dobročinnost a láska k bližnímu - viz. svornost a rovnost.

Třetí skupinu tvoří vlastnosti spojené s hodnocením práce hasičů společností. Jsou to:

- Čest a poctivost - hrdost na příslušnost ke sboru.
- Veselost - s úsměvem jde všechno lépe (v práci i při odpočinku).
- Pracovitost - poctivě dokázat „máknout“, nevést se na úkor ostatních.
- Spořivost a šetrnost - žít „na dluh“ snižuje akční potenciál záchranáře.
- Podnikavost a vytrvalost - aktivní hasič nemá čas na „blbosti“.



Čtvrtou skupinu tvoří vlastnosti spojené se sebehodnocením (vztah k sobě samému).

Jsou to:

- Střídmost a mírnost- vše co snižuje „akčnost“ záchranáře je špatně (alkohol, kouření, životospráva).
- Volnost a hospodárnost - zdravé ekonomické zázemí umožňuje plně se věnovat profesi (dluhy ne!!).
- Prozíravost - orientovaný hasič (sociálně i politicky) je solí HZS.
- Spravedlnost - neobjektivní hasič může být situačně nebezpečný.
- Pokrokovost - schopnost přijímat vše nové a moderní v práci i v životě.

Láska k vlasti a národu - může působit trochu „starovlastenecky“, ale tvrdíme, že nášivka „CZECH REPUBLIC“ má stále svoji hodnotu. Možná je to trochu odvážné, ale přesto si troufám tvrdit, že uvedený rozbor přednášky významného hasiče, našeho předka, může docela dobře tvořit základ kodexu současného moderního hasiče - záchranáře.

PŘÍLOHA P II: SROVNÁNÍ

Hasič (9 let praxe, základní tarifní plat)		Poslanec (základní plat)	
2010	20 910 Kč	2010	58 944 Kč
2011	18 819 Kč	2011	55 997 Kč
Rozdíl	-2091 Kč	Rozdíl	-2947 Kč
Výdaje na bydlení	7650 Kč	Výdaje na bydlení	7650 Kč
Výdaje za jídlo	4500 Kč	Výdaje na jídlo	4500 Kč
Ostatní výdaje	3650 Kč	Ostatní výdaje	3650 Kč
Zbývá mu	3019 Kč	Zbývá mu	40 197 Kč
			
Za prosinec 2010 odpracováno	240 hodin	Za prosinec 2010 odpracováno	64 hodin *
Hodinová mzda za prosinec 2010	87,10 Kč/h	Hodinová mzda za prosinec	921 Kč/h
Za leden odpracováno	240 hodin	Za leden odpracováno	0 hodin *
Hodinová mzda za leden	78,40 Kč/h	Hodinová mzda za leden	55 997 Kč
<i>Lednový plat poslance by vydělal za 714 hodin **</i>		<i>Lednový plat hasiče by vydělal za 20 hodin a 25 minut **</i>	

* Brány hodiny, kdy zasedala Sněmovna. ** Brány odpracované hodiny v prosinci.

PŘÍLOHA P III: STUPNICE TĚŽKÝCH ŽIVOTNÍCH SITUACÍ

Stupnice těžkých životních situací	
smrt manžela či manželky	100
rozvod	73
rozchod manželů	65
vězení	63
smrt blízkého člena rodiny	63
lehčí nehoda nebo choroba	53
sňatek	50
ztráta zaměstnání	47
odchod do důchodu	45
choroba blízké osoby	44
těhotenství	40
narození dítěte	39
negativní změna příjmů	38
smrt přítele	37
změna zaměstnání	36
manželský spor	36
odchod dítěte z domova	29
konflikt s tchyní	29
nástup do nového zaměstnání	28
konflikt s nadřízeným	23
změna bydliště	20
změna rytmu spánku a bdění	15
drobný právní přestupek	11