

POLICEJNÍ AKADEMIE ČESKÉ REPUBLIKY V PRAZE

Fakulta bezpečnostně právní

Katedra policejních činností

Psychologická podpora u Hasičského záchranného sboru České republiky

Bakalářská práce

Psychological support at the Fire Brigade of the Czech Republic

Bachelor thesis

VEDOUCÍ PRÁCE

pplk. Mgr. Renata JAMELSKÁ

AUTOR PRÁCE

Veronika ŠMÍDOVÁ

PRAHA

2024

Poděkování

Za konzultace a cenné rady při psaní své bakalářské práce bych chtěla poděkovat pplk. Mgr. Renatě Jamelské. Mé poděkování patří také nrap. Janu Dvořákovi za poskytnutí rozhovoru a informací pro praktickou část práce.

Čestné prohlášení

Prohlašuji, že předložená práce je mým původním autorským dílem, které jsem vypracovala samostatně. Veškerou literaturu a další zdroje, z nichž jsem čerpala, v práci řádně cituji a jsou uvedeny v seznamu použitých zdrojů.

V Praze, dne 15.3.2024

Veronika ŠMÍDOVÁ

ANOTACE

Práce je zaměřena na problematiku psychologické služby Hasičského záchranného sboru České republiky. V teoretické části se zabývá důležitými pojmy pro tuto problematiku, historií, organizací a právní úpravou hasičského sboru, organizací psychologické služby, vlivem mimořádných událostí traumatizujícího charakteru na lidskou psychiku a mezinárodním porovnáním s vybranými zeměmi. Praktická část je věnována rozhovoru s členem posttraumatického týmu a zástupcem koordinátorky týmu, který popisuje náplň jeho práce, jak se stát členem týmu, uvádí příklady konkrétních výjezdů a sděluje vlastní názor na současný stav psychologické služby hasičského záchranného sboru. Závěr praktické části se věnuje hodnocení a návrhům na rozvoj psychologické služby.

KLÍČOVÁ SLOVA

Hasičský záchranný sbor * hasič * mimořádná událost * posttraumatický tým * psychologická služba * stres * trauma

ANNOTATION

The thesis is focused on the psychological service of the Fire Brigade of the Czech Republic. In the theoretical part it deals with important concepts of the problem, history, organization and legal regulation of the fire brigade, organization of the psychological service, the impact of traumatic emergencies on the human psychology and international comparison with selected countries. The practical part is dedicated to an interview with a member of the post-traumatic team and the deputy coordinator of the team, who describes the scope of his work, how to become a member of the team, gives examples of specific calls and shares his own opinion on the current state of the psychological service of the fire brigade. The practical part concludes with an evaluation and suggestions for the development of the psychological service.

KEYWORDS

Fire brigade * fire fighter * major emergency * posttraumatic team * psychological support * stress * trauma

Seznam zkratek

AMDS – Automated message delivery system

ČMPS – Českomoravská psychologická společnost

ČR – Česká republika

HZS – Hasičský záchranný sbor

IMZ – Instrukčně metodické zaměstnání

MKN – Mezinárodní klasifikace nemocí

MV-GŘ HZS ČR – Ministerstvo vnitra Generální ředitelství Hasičského záchranného sboru České republiky

PPP – První psychická pomoc

PTSD – Posttraumatic stress disorder

Obsah

Úvod.....	8
1. Vymezení důležitých pojmů	10
2. Historie Hasičského záchranného sboru České republiky	12
2.1. Období před první Československou republikou	12
2.2. Období první Československé republiky.....	12
2.3. Období protektorátu Čechy a Morava.....	12
2.4. Období od druhé světové války až po současnost.....	13
3. Organizace Hasičského záchranného sboru České republiky	15
4. Současná právní úprava	16
4.1. Zákon č. 320/2015 Sb., o Hasičském záchranném sboru České republiky 16	
4.2. Zákon č. 133/1985 Sb., o požární ochraně.....	17
4.3. Zákon č. 239/2000 Sb., o integrovaném záchranném systému	18
4.4. Zákon č. 361/2003 Sb., o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů 18	
4.5. Právní úprava psychologické služby.....	19
5. Psychologická služba Hasičského záchranného sboru České republiky	20
5.1. Co je psychologická služba?.....	20
5.2. Organizační struktura psychologické služby	20
5.3. Etický kodex psychologa Hasičského záchranného sboru České republiky	21
5.4. Činnosti psychologických pracovišť	22
5.5. Dělení psychologické služby.....	23
5.6. Posttraumatický tým.....	26
5.7. Vzdělávání příslušníků Hasičského záchranného sboru České republiky v oblasti psychologické pomoci	28
5.7.1. Odborná příprava.....	28
5.7.2. Instrukčně metodické zaměstnání	29
5.7.3. Vzdělávání příslušníků na informačních a operačních střediscích	29
5.7.4. Critical Incident Stress Management	29
5.7.5. Aplikace První psychická pomoc	30
5.8. Typová činnost složek Integrovaného záchranného systému při poskytování psychosociální pomoci	31

6.	Mimořádné události a jejich vliv na psychiku.....	33
6.1.	Vymezení důležitých pojmů	33
6.2.	Dělení mimořádných událostí	34
6.3.	Akutní reakce na stres	35
6.4.	Posttraumatická stresová porucha.....	36
6.5.	Syndrom vyhoření.....	37
6.5.1.	Syndrom vyhoření u členů hasičských záchranných sborů	38
6.6.	Zvlášť zranitelné oběti.....	39
7.	Psychologická podpora v jiných zemích	41
7.1.	Slovensko	41
7.2.	Spojené království.....	41
8.	Rozhovor s členem posttraumatického týmu Hasičského záchranného sboru České republiky.....	42
8.1.	Shrnutí rozhovoru	57
	Závěr	58
	Seznam zdrojů	60
	Seznam obrázků	64

Úvod

Tématem bakalářské práce je systém poskytování psychologické služby u Hasičského záchranného sboru České republiky. Cílem práce je v následujících kapitolách vysvětlit základní pojmy důležité pro problematiku práce, popsat historii hasičského sboru a jeho aktuální organizaci. Vymežit současnou právní úpravu samotného sboru, ale i samotné psychologické služby, která se neřídí vlastním zákonem, ale dle pokynu generálního ředitele Hasičského záchranného sboru České republiky ze dne 25.8.2014, o psychologické službě Hasičského záchranného sboru České republiky.

Samotná psychologická služba je rozebrána v kapitole číslo 5, kde je popsán cíl této služby, kdo, jak a komu ji poskytuje. Psychologická služba stojí na třech hlavních pilířích, kterými jsou součinnost při přijímacích řízeních, posttraumatická péče o osoby zasažené mimořádnou událostí a poskytování psychologické služby příslušníkům a zaměstnancům sboru. Pod psychologickou službu patří i posttraumatický tým, který najdeme v každém kraji. Jsou to příslušníci a zaměstnanci, kteří nad rámec své služby poskytují psychologickou pomoc nejen osobám zasaženým mimořádnou událostí, ale i svým kolegům. Koordinátory jednotlivých psychologických pracovišť krajů jsou psychologové, kteří společně s posttraumatickým týmem vzdělávají ostatní příslušníky sboru, přijímají a vzdělávají zájemce o členství v posttraumatickém týmu.

Téma této práce zasahuje i do psychologie, proto je v práci definováno několik důležitých psychologických pojmů. Mimořádné události mají obecné dělení, pro potřeby této práce je zmíněna i kategorie traumatizujících mimořádných událostí, které jsou specifické traumatizujícím zážitkem. Jednat se může o smrt blízkého, těžké zranění, vysokou ztrátu na majetku nebo o pocit ohrožení vlastní integrity.

U osob zasažených traumatizující mimořádnou událostí, ale i u zasahujících hasičů, se může v průběhu dnů až měsíců po události vyvinout posttraumatická stresová porucha. Ta může dotčené osoby provádět i celý život, proto je důležité ji diagnostikovat a s traumatem pracovat. U příslušníků hasičského sboru se může během kariéry vyvinout i syndrom vyhoření vlivem jejich náročné práce a častému vystavování se stresu. O tomto tématu je důležité hasiče vzdělávat a poskytovat

jim psychologickou pomoc preventivního charakteru, kterou mohou využít, pokud uznají, že je to potřeba.

V závěru teoretické části jsou stručně popsány systémy psychologické podpory v jiných státech. Myšlenka je ve všech zemích podobná, všude je práce hasiče brána jako pomocná profese, která je psychicky extrémně náročná. Služby psychologické pomoci nejsou nabízeny pouze současným příslušníkům, ale v případě potřeby i jejich rodinám, hasičům ve výslužbě nebo dobrovolníkům.

Pro praktickou část byl zvolen rozhovor s členem posttraumatického týmu a zástupcem psycholožky pro Ústecký kraj. Problematiku popsal ze svého pohledu od přijímacího procesu až po výjezdy k těm nejhorším možným scénářům.

Závěr práce hodnotí současný stav systému psychologické podpory a navrhuje možnosti pro rozvoj systému do budoucna.

1. Vymezení důležitých pojmů

V první kapitole se práce věnuje stručnému popisu základních a důležitých pojmů pro téma bakalářské práce.

Hasičský záchranný sbor České republiky

Veškerou problematiku Hasičského záchranného sboru České republiky zařazuje zákon č. 320/2015 Sb., o Hasičském záchranném sboru České republiky. Zákon definuje Hasičský záchranný sbor České republiky jako: *jednotný bezpečnostní sbor, jehož základním úkolem je ochránit životy a zdraví obyvatel, životní prostředí, zvířata a majetek před požáry a jinými mimořádnými událostmi a krizovými situacemi.*

Hasičský záchranný sbor České republiky tedy plní a organizuje úkoly požární ochrany, civilního nouzového plánování, ochrany obyvatelstva, integrovaného záchranného systému, krizového řízení a další, které stanovuje zákon.¹

Mimořádná událost

Mimořádná událost je definována v zákoně č. 239/2000 Sb., o integrovaném záchranném systému takto: *je to škodlivé působení sil a jevů vyvolaných činností člověka, přírodními vlivy, a také havárie, které ohrožují život, zdraví, majetek nebo životní prostředí a vyžadují provedení záchranných a likvidačních prací.²*

Krizová situace

Krizová situace je dle zákona č. 240/2000 Sb., o krizovém řízení *mimořádná událost podle zákona o integrovaném záchranném systému, při nichž je vyhlášen některý z krizových stavů.³*

Krizové řízení

Krizové řízení je definováno taktéž zákonem č. 240/2000 Sb., o krizovém řízení, a to jako *souhrn řídicích činností orgánů krizového řízení zaměřených na analýzu a vyhodnocení bezpečnostních rizik a plánování, organizování, realizaci*

¹ § 1 odst. 1, 2 zákona č. 320/2015 Sb., o Hasičském záchranném sboru České republiky

² § 2 b) zákona č. 239/2000 Sb., o integrovaném záchranném systému

³ § 2 b) zákona č. 240/2000 Sb., o krizovém řízení

a kontrolu činností prováděných v souvislosti s přípravou na krizové situace a jejich řešením, a také ochranou kritické infrastruktury.⁴

První psychologická pomoc

První psychologickou pomocí rozumíme určitý způsob pomoci při katastrofách, krizových situacích, mimořádných událostech a dalších událostech podobného charakteru. Cílem této pomoci je poskytnout zasaženým bezpečí, klid, prvotní kontakt po prožitém traumatu a kontakt na další dlouhodobou péči.⁵

⁴ § 2 a) zákona č. 240/2000 Sb., o krizovém řízení

⁵ ANTONINO, Cristiano. Co Je Psychologická První Pomoc (PFA)? Význam Mentální Podpory U Obětí Traumatu. Emergency live [online]. 2022 [cit. 2024-02-07]. Dostupné z: <https://www.emergency-live.com/cs/health-and-safety/what-is-psychological-first-aid-pfa-the-importance-of-mental-support-in-trauma-victims/>

2. Historie Hasičského záchranného sboru České republiky

2.1. Období před první Československou republikou

Před obdobím první Československé republiky, kdy se začala více řešit i stránka legislativní a organizační, vznikl na našem území první placený hasičský sbor, a to konkrétně v roce 1853. V roce 1864 vznikl první sbor dobrovolných hasičů, a to ve městě Velvary.⁶

2.2. Období první Československé republiky

V období první Československé republiky, které trvalo od roku 1918 až do roku 1938 byly veřejné požární jednotky pouze v některých větších městech. Ostatní města se inspirovala a využívala předpisy, které převzaly z Rakouska Uherska. To znamenalo, že odpovědnost za hašení požárů byla přenesena ze starostů měst na sbory dobrovolných hasičů. Tyto předpisy ale nebyly dostatečné, proto v případě potřeby byly sbory dobrovolných hasičů doplněny městským zaměstnancem, který zastával funkci strojníka anebo velitele.⁷

2.3. Období protektorátu Čechy a Morava

Období protektorátu Čechy a Morava trvalo mezi roky 1939 až 1945. Na začátku tohoto období byl vydán přeložený německý zákon, který byl vydán jako vládní nařízení o hasičstvu. Toto nařízení ale nepřineslo velkou změnu, ta nastala až kolem roku 1942 kdy i na území protektorátu byl ustanoven pluk požární policie Čechy – Morava. Pluk byl tvořen českými četníky a příslušníky finanční stráže. Součástí pluku byli i němečtí inženýři, kteří absolvovali dvouleté učiliště požární policie v Berlíně. Po druhé světové válce se členové pluku vrátili ke svým původním jednotkám.⁸

⁶ Od historie k dnešku. In: *Hasičský záchranný sbor České republiky*. Praha: MV-generální ředitelství HZS ČR, 2009, s. 1. ISBN 987-80-86640-80-8.

⁷ Historie. In: Hasičský záchranný sbor České republiky [online]. [cit. 2024-02-10]. Dostupné z: <https://www.hzscr.cz/clanek/uvod-hasicsky-zachranny-sbor-cr-historie.aspx>

⁸ Historie. In: Hasičský záchranný sbor České republiky [online]. [cit. 2024-02-10]. Dostupné z: <https://www.hzscr.cz/clanek/uvod-hasicsky-zachranny-sbor-cr-historie.aspx>

2.4. Období od druhé světové války až po současnost

Po druhé světové válce se konečně začal tvořit systém, který byl postupem času více a více přehlednější. Požární ochrana a hasičské sbory se přesunuly pod působnost Ministerstva vnitra. Úkoly požární ochrany byly zajišťovány na třech úrovních: místní, okresní a krajské. Výkonným orgánem bylo hasičstvo, které bylo buď dobrovolné, z povolání nebo závodní. Hasičstvo musela zřídit každá obec, která měla nad 50 000 obyvatel. Výjimkami byly některé obce s obyvateli pod 50 000, kterým tato povinnost byla nařízena krajským národním výborem.

Zásadní změna proběhla po přijetí zákona č. 35/1953 Sb., o státním požárním dozoru a požární ochraně. Od přijetí tohoto zákona se veřejné a závodní jednotky staly výkonnými jednotkami a celá požární ochrana byla organizována jako vojensky organizovaná složka.⁹ Přijetí nového zákona mělo za následek další změny, a to decentralizaci požární ochrany a její následné oslabení. Státní orgány se podřídily orgánům národních výborů, ty ale nebyly dostatečně odborně vzdělané, a proto se velká část funkcí předala do správy Československého svazu požární ochrany. Šedesátá léta se proto charakterizují jako snaha o zavedení nové právní úpravy požární ochrany.

Další významnou událostí byl vznik Školy požární ochrany Ministerstva vnitra ve městě Frýdek – Místek v roce 1967 (škola se během let změnila na Střední odbornou školu požární ochrany a v roce 2002 na Střední odbornou školu požární ochrany a Vyšší odbornou školu požární ochrany Ministerstva vnitra). Po roce 1969, kdy byla požární ochrana přesunuta do působnosti národních rad a vznikla Hlavní správa požární ochrany Ministerstva vnitra, nastalo období nástupu absolventů. Mimo absolventy Školy požární ochrany počítáme také absolventy katedry techniky požární ochrany Vysoké školy Báňské a Vysoké inženýrské požárně technické školy. Přílivem absolventů, kteří byli v oboru požární ochrany vzdělaní, se zvedla kvalita profesionality požární ochrany.

V 70. letech se účast jednotek začala posouvat od zásahů výhradně u hašení požárů k více technickým zásahům jako například dopravní nehody či živelní

⁹ Od historie k dnešku. In: Hasičský záchranný sbor České republiky. Praha: MV-generální ředitelství HZS ČR, 2009, s. 1. ISBN 987-80-86640-80-8.

pohromy. Jednotky časem dostávaly další a další kompetence v oblasti přípravy na mimořádné události a také k provádění záchranných a likvidačních prací. K tomuto vývoji bylo nutné přizpůsobit i legislativní rámec. V roce 1985 byl vydán zákon č. 133/1985 Sb., o požární ochraně. Ten do současnosti zůstává v platnosti, jen se přidávají novely. Hasičský záchranný sbor získal svůj název v roce 1995.

Dále byla působnost hasičského záchranného sboru a Ministerstva vnitra rozšířena o obor krizového řízení, civilního nouzového plánování, ochrany obyvatelstva a integrovaného záchranného systému.

V současnosti je Hasičský záchranný sbor České republiky důležitou součástí v problematice již zmíněných mimořádných událostí různých druhů. Jako jediná složka integrovaného záchranného systému mohou provádět záchranné a likvidační práce (Policie České republiky záchranné a likvidační práce provádí pouze za splnění podmínek § 20 zákona č. 273/2008 Sb., o Policii České republiky).¹⁰

Organizaci Hasičského záchranného sboru v současné době se věnuje zákon č. 320/2015 Sb., o Hasičském záchranném sboru České republiky, viz další kapitola.

¹⁰ Historie. In: Hasičský záchranný sbor České republiky [online]. [cit. 2024-02-10]. Dostupné z: <https://www.hzscr.cz/clanek/uvod-hasiccky-zachranny-sbor-cr-historie.aspx>

3. Organizace Hasičského záchranného sboru České republiky

Hasičský záchranný sbor se dělí dle zákona č. 320/2015 Sb., o Hasičském záchranném sboru České republiky na generální ředitelství, hasičské záchranné sbory krajů, záchranný útvar a školu.

Generální ředitelství je součástí Ministerstva vnitra, v jeho čele stojí generální ředitel a je to nadřízený správní orgán ve věcech, ve kterých rozhoduje hasičský záchranný sbor. Dále také řídí hasičské záchranné sbory krajů, záchranný útvar a školu. Ministerstvo zřizuje i Hasičský záchranný útvar ochrany pro Pražský hrad, který je součástí hasičského záchranného sboru a spolupracuje s orgány veřejné správy.

Hasičské záchranné sbory krajů jsou organizačními složkami státu, v čele stojí jejich ředitelé. Jejich územním obvodem se rozumí územní obvod kraje, v němž má hasičský záchranný sbor kraje sídlo. Hasičský záchranný sbor kraje zřizuje operační a informační středisko. Je správním úřadem pro oblasti požární ochrany, ochrany obyvatelstva a civilního nouzového plánování, integrovaného záchranného systému a krizového řízení.

Záchranný útvar je organizační složkou státu, v jehož čele stojí velitel útvaru. Plní úkoly při řešení mimořádných událostí a krizových situací, při obnově postiženého území, plní úlohu vzdělávacího zařízení a provádí odbornou přípravu podle zákona o požární ochraně.

Škola je taktéž organizační složkou státu, v jejím čele stojí ředitel. Škola poskytuje vzdělání v oblastech jako je požární ochrana, ochrana obyvatelstva a dalších oblastech stanovených zákonem.

Poslední součástí Hasičského záchranného sboru České republiky je odřad civilní obrany. Ten je složen z členů jednotek sborů dobrovolných hasičů. Za stavu ohrožení státu nebo válečného stavu se členové odřadu civilní obrany považují za zaměstnance.¹¹

¹¹ Zákon č. 320/2015 Sb., o Hasičském záchranném sboru České republiky

4. Současná právní úprava

Požární ochranou a hasičským záchranným sborem, jeho úkoly a povinnostmi se zabývá velká škála zákonů, vyhlášek i vládních nařízení. Hasičské sbory při výkonu své práce zachraňují životy, zdraví i majetek, je proto důležité, aby byl tento obor důkladně právně ošetřen. Do této kapitoly by se dalo zařadit spoustu zákonů, tato práce popisuje jen některé z nich.

4.1. Zákon č. 320/2015 Sb., o Hasičském záchranném sboru České republiky

Tento zákon se skládá z deseti částí a jedenácti hlav. Část první zahrnuje všech jedenáct hlav. Hlava první popisuje, co samotný hasičský záchranný sbor je, najdeme zde jeho definici. Dále v první hlavě najdeme definici základních i mimořádných úkolů hasičů a přijímání humanitární pomoci ze zahraničí. Druhá hlava popisuje organizaci hasičského záchranného sboru, které se věnují v samostatné kapitole číslo 3. Hlava třetí vyjmenovává základní povinnosti příslušníků a zaměstnanců sboru, těmi jsou zdvořilost, přiměřenost postupu a iniciativa. V hlavě čtvrté se nachází popis služebních stejnokrojů a prokazování příslušnosti. Popisuje, za jakých podmínek příslušník vykonává službu buď ve služebním stejnokroji anebo v občanském oděvu a kdy tento stejnokroj mohou nosit pouze příslušníci hasičského záchranného sboru. Dále také popisuje podmínky nošení stejnokroje bývalými příslušníky. Příslušnost se prokazuje již zmíněným stejnokrojem nebo v případě zaměstnanců průkazem zaměstnance. V hlavě páté jsou popsány spolupráce a další vztahy. Spolupracovat může hasičský záchranný sbor například se správními úřady, jinými státními orgány nebo orgány územní samosprávy. Podmínky takové spolupráce jsou stanoveny v uzavřené dohodě mezi oběma stranami. Hlava šestá popisuje opatření ve vztahu k věci, místu nebo osobě. Týká se to například používání nebezpečných látek, které může příslušník používat pouze za určených podmínek. Příslušníci sboru jsou oprávněni vyzvat osoby k nevstupování na určené místo, mohou vstoupit do obydlí mají-li důvodné podezření, že je ohrožen život, zdraví nebo majetek. Každý je povinen výzvy příslušníka uposlechnout. V hlavě sedmé se popisuje práce s informacemi, včetně pořizování zvukových, obrazových nebo jiných záznamů, získávání informací z evidencí či předání záznamu tísňové

komunikace. V hlavě osmé jsou vypsány symboly hasičského záchranného sboru a jejich ochrana. Mezi symboly patří velký znak, malý znak a prapor hasičského záchranného sboru. Užívání těchto symbolů nesmí ohrozit dobrou pověst sboru. V deváté hlavě je popsáno nakládání s majetkem a úhrada nákladů na zásah. Hlava desátá určuje přestupky, jako například neoprávněné nošení služebního stejnokroje nebo stejnokroje, který je s ním zaměnitelný. Za takový přestupek hrozí pokuta ve výši až 10 000 Kč. Za použití slov „hasičský záchranný sbor“ či zkratky „HZS“ hrozí pokuta ve výši až 20 000 Kč. Hlava jedenáctá jsou společná a přechodná ustanovení. Najdeme zde například zachování mlčenlivosti, je-li o to člověk hasičským záchranným sborem požádán, výjimky z povinnosti mlčenlivosti, druhy ocenění a za jakých podmínek se udělují. Ve zbylých devíti částech jsou vypsány změny zákonů souvisejících se zákonem č. 320/2015 Sb., o Hasičském záchranném sboru České republiky.¹²

4.2. Zákon č. 133/1985 Sb., o požární ochraně

Tento zákon se skládá z osmy částí. Část první se týká povinností ministerstev, dalších státních orgánů, právnických osob a fyzických podnikajících osob na úseku požární ochrany. Výše vyčtené objekty by měly zabezpečovat plnění povinností jim určených z tohoto zákona. Ministerstva by měla spolupracovat při tvorbě a rozvoji koncepce požární ochrany. Právnické a podnikající fyzické osoby jsou povinny například obstarávat a zabezpečovat potřebné množství a potřebné druhy požární techniky, dodržovat technické podmínky a návody ohledně požární bezpečnosti nebo umožnit orgánům státního požárního dozoru provedení kontroly plnění povinností na úseku požární ochrany. V této části dále nalezneme, jakým způsobem se dokumentuje zdolávání požárů, odbornou způsobilost nutnou pro možnost zabezpečování požární ochrany, preventivní požární hlídky, dokumentaci požární ochrany, školení a přípravu zaměstnanců. Jsou zde i základní povinnosti fyzických osob, mezi které řadíme například oznamovat bez odkladu každý požár, počínat si tak, aby nedocházelo ke vzniku požáru nebo neprovádět bezdůvodná volání na tísňovou linku. Ve druhém oddílu této části je vypsána i osobní a věcná pomoc, vynětí z povinnosti tuto pomoc poskytnout a náhrady ušlých výdělků a náhrada výdajů. Část druhá vymezuje působnost orgánů státní správy

¹² Zákon č. 320/2015 Sb., o Hasičském záchranném sboru České republiky

a samosprávy. Ministerstva například schvalují koncepce organizace a rozvoje požární ochrany a zpracovávají návrhy rozpočtu hasičského záchranného sboru. V § 26 jsou vypsány úkoly hasičského záchranného sboru na úrovni kraje. V paragrafech 27 a 28 jsou vypsány povinnosti krajů a obcí. Ve druhém oddílu této části se vymezuje výkon státního požárního dozoru, kdo jej vykonává a jakým způsobem. Část třetí se zabývá čištěním, kontrolou a revizí spalinové cesty, kdo a jakým způsobem jí provádí. Část čtvrtá dělí druhy jednotek požární ochrany a následně je jednotlivě popisuje. Část pátá vymezuje spolupráci na úseku požární ochrany. Část šestá popisuje možné postihy právnických, fyzických a podnikajících fyzických osob v případě porušení dodržování povinností. Popisuje přestupky na úseku požární ochrany a výši pokut za ně. Část sedmá popisuje náhrady škody a v části osmé jsou společná, přechodná a závěrečná ustanovení.¹³

4.3. Zákon č. 239/2000 Sb., o integrovaném záchranném systému

Tento zákon se zabývá integrovaným záchranným systémem, pro potřeby této práce se zaměřím pouze na části, které se týkají hasičského záchranného sboru. V § 4 odst. 1 je hasičský záchranný sbor vyjmenován jako jedna ze základních složek integrovaného záchranného systému. Hasičský záchranný sbor je dále zmíněn v § 11 odst. 6, který se týká postavení sboru při ochraně obyvatelstva, jaká musí být splněna dokumentace a jakou kontrolu sbor provádí. Dále je v zákonu popsána komunikace mezi složkami integrovaného záchranného systému, určení velitele zásahu, jímž je, pokud zvláštní právní předpis nestanoví jinak, velitel jednotky požární ochrany.¹⁴

4.4. Zákon č. 361/2003 Sb., o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů

Tento zákon upravuje podmínky přijetí a výkonu služby k bezpečnostním sborům, tedy i k hasičskému záchrannému sboru. Příslušník je ve služebním poměru k České republice. Zákon popisuje, co se rozumí výkonem služby. Popisuje vznik,

¹³ Zákon č. 133/1985 Sb., o požární ochraně

¹⁴ Zákon č. 239/2000 Sb., o integrovaném záchranném systému

změny i skončení služebního poměru. Vyjmenovává povinnosti příslušníka, kázeňské odměny, ale i kázeňské tresty. Vymezuje dobu služby, služební pohotovost a dobu odpočinku, také služební příjem a odměnu za již zmíněnou služební pohotovost. Mimo jiné zde najdeme i výsluhové nároky, podmínky pro nárok na výsluhový příspěvek a jeho výměru. Toto a další zákon popisuje ve čtrnácti částech.¹⁵

4.5. Právní úprava psychologické služby

Psychologická podpora poskytována hasičským záchranným sborem jako taková vlastní zákon nemá. Vychází ze zákona č. 361/2003 Sb., o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů.¹⁶ Důležitým podkladem pro poskytování této služby je Pokyn generálního ředitele Hasičského záchranného sboru ČR ze dne 25.8.2014, o psychologické službě Hasičského záchranného sboru České republiky.

¹⁵ Zákon č. 361/2003 Sb., o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů

¹⁶ Psychologická služba: Právní rámec psychologické služby. In: Hasičský záchranný sbor České republiky [online]. [cit. 2024-02-08]. Dostupné z: <https://www.hzscr.cz/clanek/psychologicka-sluzba-pravni-ramec-psychologicke-sluzby.aspx>

5. Psychologická služba Hasičského záchranného sboru České republiky

System a poskytování psychologické služby u hasičského záchranného sboru v naší republice funguje od roku 2003.¹⁷

5.1. Co je psychologická služba?

Psychologická služba hasičského sboru u nás v republice funguje již přes 20 let. Původní myšlenkou pro založení této služby byla pomoc interní, tedy hlavně pro zasahující hasiče, kteří se setkávají s těmi největšími tragédiemi, jelikož jsou často na místě zásahu jako první. Jako druhotná přišla i služba pro osoby zasažené mimořádnými událostmi. U zasažených osob se jedná o poskytnutí první psychické pomoci, které by měla končit předáním osoby někomu blízkému, případně předáním kontaktů na odborníky a neziskové organizace, které mohou po události vyhledat. Není to tedy dlouhodobá psychologická pomoc. V neposlední řadě se psychologové, kteří vedou tuto službu v jednotlivých krajích, podílejí také na přijímacích řízeních uchazečů o místo u hasičského sboru.¹⁸

5.2. Organizační struktura psychologické služby

V každém kraji najdeme psychologické pracoviště, které řídí koordinátor, kterým je psycholog. Ten má pod sebou posttraumatický tým. Pro psychologická pracoviště všech krajů provádí koncepční, metodickou, vzdělávací, poradenskou a kontrolní činnost psychologické pracoviště Ministerstva vnitra generálního ředitelství Hasičského záchranného sboru České republiky, které zároveň funguje pro krajská pracoviště jako supervizní a odvolací orgán. Podmínkou pro to stát se psychologem hasičského sboru a koordinátorem posttraumatického týmu je vystudování jednooborové psychologie. Po přijetí koordinátor dohlíží na

¹⁷ Osobní rozhovor s nadporučíkem Janem DVOŘÁKEM, členem posttraumatického týmu Hasičského záchranného sboru České republiky. Chomutov 28.11.2023.

¹⁸ Psycholog pomáhá nejen hasičům, ale i postiženým mimořádnou událostí. In: Hasičský záchranný sbor České republiky [online]. [cit. 2024-02-12]. Dostupné z: <https://www.hzscr.cz/clanek/psycholog-pomaha-nejen-hasicum-ale-i-postizenym-mimoradnou-udalosti.aspx>

dodržování Etického kodexu psychologa Hasičského záchranného sboru České republiky.¹⁹

5.3. Etický kodex psychologa Hasičského záchranného sboru České republiky

Jak již z názvu vyplývá, i hasiči musí dodržovat určitou pracovní etiku. Etický kodex psychologa tedy popisuje zásady a normy, kterými by se psychologové, příslušníci a zaměstnanci měli řídit při poskytování psychologické služby.

1. Obecné zásady práce psychologa

První část kodexu nařizuje poskytování služeb v souladu s platnými právními předpisy a interními akty. Psychologův postoj by měl být neutrální a přizpůsobit se věku, pohlaví a dalším faktorům ovlivňujícím osobu se kterou pracuje. I přes všechny tyto faktory by měl setrvat neutrálním a profesionálním a poskytovat své služby všem stejně poctivě, jelikož jeho rady mohou ovlivnit životy jiných. Zásadním pilířem jeho práce je důvěra, která by neměla být porušena. Výjimkou je pouze bezprostřední ohrožení, které umožňuje porušit platné právní normy, například ohlašovací povinnost.

2. Jednání psychologa s klientem

Vztah psychologa s klientem by měl zůstat čistě profesionální, sexuální či jiné sblížení je považováno za neetické. Psycholog by měl klientovi osvětlit povahu jejich vztahu a jejich společného cíle. Ukončení sezení by mělo proběhnout společnou dohodou obou stran.

3. Zásady diagnostické činnosti

Psycholog by měl být dostatečně kvalifikován na to, aby zvolil správný postup při získávání diagnózy. Její určení by mělo být podloženo provedenými vyšetřeními. Klient by měl být seznámen s výsledky diagnózy, je to jeho právo. Bez souhlasu klienta by diagnostická zpráva neměla být dále rozšiřována.

¹⁹ Pokyn generálního ředitele Hasičského záchranného sboru ČR ze dne 25.8.2014, o psychologické službě Hasičského záchranného sboru České republiky. In: *SBÍRKA INTERNÍCH AKTŮ ŘÍZENÍ GENERÁLNÍHO ŘEDITELE HASIČSKÉHO ZÁCHRANNÉHO SBORU ČESKÉ REPUBLIKY*, s. 2.

4. Zásady výzkumné a publikační činnosti

Výzkumná a publikační činnost by měla být úplná a přesná. Výzkumná činnost musí být předem dostatečně připravena a promyšlena. Důležitá je i etická stránka výzkumu, a to jakým způsobem bude zasahovat do integrity účastníků. Psycholog musí přijmout fakt, že některé informace o účastnících nebude moct zveřejnit a podle toho sám usoudí, jaká metoda je pro jeho výzkum nejlepší. Psycholog musí respektovat i odmítnutí účasti nebo odstoupení kdykoliv během průběhu výzkumu.

5. Jednání psychologa v pracovních vztazích

Psycholog nese odpovědnost za svou vlastní práci, do které může patřit i vedení jiných kolegů. V takovém případě za ně nese odpovědnost. Pokud dojde k porušení pracovní etiky, která pokračuje i po napomenutí, musí člověk takové chování nahlásit na psychologické pracoviště MV-GŘ HZS ČR. Pokud porušení pracovní etiky bylo potřeba, musí to dotčený jedinec vysvětlit. Nedodržováním tohoto kodexu se jedinec vystavuje kázeňským trestům.²⁰

5.4. Činnosti psychologických pracovišť

Psychologická pracoviště Hasičského záchranného sboru poskytují psychologickou pomoc hasičům, kteří ji potřebují, a to z jakéhokoliv důvodu. Mohou to být psychicky náročné zásahy, zranění nebo pocit osobního selhání při zásahu nebo při výkonu služby. S hasiči mohou řešit pracovní, ale i osobní problémy. Ve vhodném rozsahu mohou své služby poskytovat i rodině hasiče.

Poskytují potřebné vzdělání příslušníkům sborů, které spadají do jejich územní působnosti. Vzdělání se týká oblasti poskytování první psychologické péče při zásahu u mimořádné události. S tím souvisí i vytváření, koordinace a školení týmů posttraumatické péče.

²⁰ Pokyn generálního ředitele Hasičského záchranného sboru ČR ze dne 25.8.2014, o psychologické službě Hasičského záchranného sboru České republiky. In: *SBÍRKA INTERNÍCH AKTŮ ŘÍZENÍ GENERÁLNÍHO ŘEDITELE HASIČSKÉHO ZÁCHRANNÉHO SBORU ČESKÉ REPUBLIKY*, s. 12-14.

Podílejí se i na přijímacím procesu uchazečů o služební poměr. Vydávají odborné posudky a posuzují pracovní způsobilost. Hlavně také provádí odbornou přípravu v oblasti první psychické pomoci.

V neposlední řadě publikují v odborné literatuře, účastní se konferencí, spolupracují s ostatními úseky hasičského sboru a podávají zprávy psychologickému pracovišti Ministerstva vnitra Generálního ředitelství o plnění úkolů jednotlivými pracovišti.²¹

5.5. Dělení psychologické služby

Jak je již zmíněno v předešlé kapitole, psychologická služba se dělí do tří hlavních pilířů:

Přijímací řízení

Přijímací řízení do služebního poměru je zahájeno doručením písemné žádosti občana. Bezpečnostní sbor si nejprve ověří, zda uchazeč splňuje podmínky přijetí do služebního poměru. Může si tedy vyžádat například opis z evidence Rejstříků trestů nebo opis z evidence přestupků. Bezpečnostní sbor dále uchazeče před přijetím seznámí například s textem služební smlouvy, s místem služebního zařazení nebo s podmínkami výkonu služby. Pro téma této práce je ale nejdůležitější § 15 odst. 2 a 3 zákona č. 361/2003 Sb., o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů. Tyto dva odstavce říkají, že uchazeč musí projít během přijímacího řízení i posouzením jeho psychologické způsobilosti. Tuto způsobilost posuzuje psycholog psychologického pracoviště bezpečnostního sboru. Proti závěru psychologa může uchazeč podat návrh na přezkoumání, který provede vedoucí psychologického pracoviště bezpečnostního sboru. V případě kladného závěru psycholog určuje, že má uchazeč předpoklady k výkonu služby bezpečnostního sboru.²²

²¹ Pokyn generálního ředitele Hasičského záchranného sboru ČR ze dne 25.8.2014, o psychologické službě Hasičského záchranného sboru České republiky. In: *SBÍRKA INTERNÍCH AKTŮ ŘÍZENÍ GENERÁLNÍHO ŘEDITELE HASIČSKÉHO ZÁCHRANNÉHO SBORU ČESKÉ REPUBLIKY*, s. 2-3.

²² Zákon č. 361/2003 Sb., o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů

Psychologická služba pro příslušníky a zaměstnance sboru

Poskytování psychologické služby v rámci sboru bylo prvotní myšlenkou pro založení této služby. Hasiči zasahují při různých mimořádných událostech, které mohou být i tragické. Vůči takovým zážitkům je každý z nás různě odolný, ale pokud je tomu někdo vystavován téměř každou směnu, je vhodné, aby psychická odolnost hasičů byla vysoká. Hasič tuto péči vyhledat nemusí, ale je dobré vědět, že pokud bude potřebovat může se na své kolegy obrátit.

Posttraumatickou péči příslušníkům a zaměstnancům sboru může poskytnout buď přímo psycholog anebo člen posttraumatického týmu. Psychologickou pomoc může příslušník vyhledat sám, ale po některých zvláště náročných mimořádných událostech může psycholog nebo člen posttraumatického týmu doporučit společně se sejít a provést debriefing události. Tento návrh může přijít od nařízeného nebo od operačních důstojníků. V návaznosti na etický kodex je nutno podotknout, že péče je poskytována pomocí odborných postupů a dodržuje všechny platné právní normy, tudíž i v tomto případě musí být zachována mlčenlivost. Společná i individuální sezení by měla probíhat v rámci pracovní doby a ideálně na místě pracoviště příslušníka či zaměstnance.²³

Do této skupiny se řadí i operátoři informačních a operačních středisek, které mimořádné události prožívají sice na dálku přes telefon, ale jsou se zasaženými osobami v kontaktu jako první. Existuje program Prevence syndromu vyhoření, který dělí péči o operátory do primární, sekundární a terciární péče.

Primární péče se zaměřuje na stresové faktory práce na informačních a operačních střediscích. Sekundární se zabývá reakcemi operátorů na již probíhající událost a terciární je zaměřená na pozorování případných symptomů syndromu vyhoření po delší expozici náročným situacím.²⁴

²³ Pokyn generálního ředitele Hasičského záchranného sboru ČR ze dne 25.8.2014, o psychologické službě Hasičského záchranného sboru České republiky. In: *SBÍRKA INTERNÍCH AKTŮ ŘÍZENÍ GENERÁLNÍHO ŘEDITELE HASIČSKÉHO ZÁCHRANNÉHO SBORU ČESKÉ REPUBLIKY*, s. 6-7.

²⁴ Metodika, prevence a vzdělávání v oblasti psychologie pro operační řízení. In: *Hasičský záchranný sbor České republiky* [online]. [cit. 2024-02-18]. Dostupné z: <https://www.hzscr.cz/clanek/vzdelavani-prislusniku-a-zamestanncu-hzs-cr-metodika-prevence-a-vzdelavani-v-oblasti-psychologie-pro-operacni-rizeni.aspx>

Posttraumatická péče pro osoby zasažené mimořádnou událostí

Z hlediska poskytování psychologické služby pro zasažené osoby se dá hovořit o poskytnutí reakcí, služeb a činností, které by osobám měli předat pocit, že na zvládnutí následků mimořádné události nejsou sami a prvotní pocity jim pomůže prožít někdo další.²⁵

Na místě zásahu může být člen posttraumatického týmu, pokud není, velitel si členy na místo zásahu vyžádá prostřednictvím operačního a informačního střediska. V době, kdy na místě zásahu nejsou členové týmu, může velitel pro tento úkol vyčlenit z týmu někoho jiného.²⁶

Katalogový soubor typové činnosti pro poskytování psychosociální pomoci poskytuje teoretické kroky, které by měly na místě zásahu proběhnout:

„Navaž kontakt“

Člen posttraumatické týmu, případně jiný zasahující hasič, by měl se zasaženými navázat kontakt, získat jejich důvěru, aby poskytnutí pomoci proběhlo co nejefektivněji. Měl by začít představením sám sebe a ujištěním, že je na místě proto, aby jim pomohl a že mají někoho, o koho se mohou opřít.

„Zjistí zdravotní stav“

Před poskytnutím psychické pomoci je důležité zjistit, zda zasažené osoby nejsou zraněny i fyzicky a nepotřebují nejdříve péči zdravotnické záchranné služby.

„Chraň soukromí, dbej na důstojnost“

Při mimořádných událostech má okolí tendenci přihlížet a pozorovat co se stalo. Zasažené osoby by měly mít své soukromí, které by měl hasič zajistit. Může se jednat o sousedy, kolemjdoucí, v některých případech i média. Ani jedno není pro zasažené osoby vhodné a mělo by jim být zajištěno soukromí.

²⁵ *Standardy psychosociální krizové pomoci a spolupráce zaměřené na průběh a výsledek.* In: MINISTERSTVO VNITRA GENERÁLNÍ ŘEDITELSTVÍ HASIČSKÉHO ZÁCHRANNÉHO SBORU ČR, s. 6, Praha: MV – generální ředitelství Hasičského záchranného sboru ČR, 2010. ISBN 978-80-86640-51-8.

²⁶ Pokyn generálního ředitele Hasičského záchranného sboru ČR ze dne 25.8.2014, o psychologické službě Hasičského záchranného sboru České republiky. In: *SBÍRKA INTERNÍCH AKTŮ ŘÍZENÍ GENERÁLNÍHO ŘEDITELE HASIČSKÉHO ZÁCHRANNÉHO SBORU ČESKÉ REPUBLIKY*, s. 7.

„Informuj, co se děje a naslouchej“

Zasažené osoby mohou být v šoku, zmatené nebo dezorientované, proto je potřeba jim stručně popisovat vše co se kolem nich děje. Důležité je podávat pravdivé informace a neslibovat věci, které nemůžeme zaručit, vyhnout se frázím jako například „Všechno bude dobré.“

„Zjišťuj a zajišťuj základní potřeby“

Pro základní potřeby existuje pomůcka tzv. 5T: teplo, ticho, tekutiny, transport a tišící prostředky. Všechny tyto potřeby by měly být zajištěné. Pokud je člověk v šoku a nedokáže se sám o sebe postarat, je důležité mu pokládat stručné otázky a nabídnout mu cokoliv co by mohl potřebovat (deku, pití, obejmutí atd.)

„Hlídej bezpečí“

Je důležité, aby se zasažená osoba cítila v bezpečí a za daných podmínek se cítila co nejpříjemněji. Je dobré ji odvést z místa zásahu, pokud je to pro ni nepříjemné, případně z místa zásahu odvést osoby, jejichž přítomnost je zasažené osobě nepříjemná.

„Předej do péče blízkých osob nebo dalších služeb“

Předání zasažené osoby někomu, kdo se o ni postará by vždy měl být konec poskytování první psychologické pomoci. V ideálním případě se osoba předá rodině, známým nebo komukoliv, kdo se o ni postará. Pokud taková osoba není, je důležité předat informace a kontakty na organizace, které může zasažená osoba kontaktovat a využít. Poskytování první psychologické pomoci by mělo končit stabilizováním zasažené osoby.²⁷

5.6. Posttraumatický tým

Tento tým, který poskytuje posttraumatickou péči příslušníkům sboru i zasaženým osobám, je v každém kraji. Tým je koordinován psychologem daného kraje, pod který tým spadá. Tým se skládá z příslušníků a zaměstnanců hasičského sboru, kteří o poskytování této služby mají zájem. Členové se vzdělávají v tomto oboru

²⁷ Typová činnost složek IZS při poskytování psychosociální pomoci STČ 12/IZS. In: *Katalog typových činností integrovaného záchranného systému* [online]. Praha, 2015 [cit. 2024-03-06]. Dostupné z: <https://www.hzscr.cz/soubor/ucebni-text-psycho-stc-12-izs-pdf.aspx>, s. 8-9.

nad rámec svých pracovních povinností. Pro přijetí do tohoto týmu musí být splněný výcvik s názvem Critical incident stress management a odborná příprava v poskytování psychické pomoci. Cílem tohoto týmu je zasažené osoby na místě stabilizovat, předat jim potřebné informace, a nakonec je předat do další péče, ideálně blízké osoby.²⁸

Členství v posttraumatickém týmu

Uchazeč, který má zájem být součástí posttraumatického týmu musí nejprve podat přihlášku. Tu podává nejprve svému nadřízenému, který k přihlášce přidá své vyjádření a následně předá dále koordinátorovi týmu. Uchazeč projde pohovorem s koordinátorem týmu pro daný kraj. Členy posttraumatického týmu jmenuje ředitel hasičského záchranného sboru daného kraje na návrh koordinátora taktéž daného kraje.²⁹

Úkoly členů posttraumatického týmu

Členové týmu poskytují psychickou pomoc svým kolegům, informují o tom koordinátora týmu a při mimořádných událostech poskytují na výzvu velitele první psychickou pomoc zasaženým osobám.³⁰ K výjezdu k pokusu o sebevraždu může vyjet i lezecká skupina, která je speciálně vycvičená na komunikaci se sebevrahem.³¹

Úkoly koordinátora posttraumatického týmu

Koordinátor posttraumatického týmu zajišťuje pravidelnou odbornou přípravu členů týmu, vede seznam členů týmu a kontaktů na ně, tyto údaje dále předává na příslušné operační a informační středisko hasičského záchranného sboru kraje. Eviduje materiální zásoby týmu, například reflexní vesty nebo vybavení zásahových zavazadel.³²

²⁸ Psychologická služba: O nás. In: Hasičský záchranný sbor České republiky [online]. [cit. 2024-02-12]. Dostupné z: <https://www.hzscr.cz/clanek/psychologicka-sluzba-o-nas.aspx>

²⁹ Pokyn generálního ředitele Hasičského záchranného sboru ČR ze dne 25.8.2014, o psychologické službě Hasičského záchranného sboru České republiky. In: *SBÍRKA INTERNÍCH AKTŮ ŘÍZENÍ GENERÁLNÍHO ŘEDITELE HASIČSKÉHO ZÁCHRANNÉHO SBORU ČESKÉ REPUBLIKY*, s. 5.

³⁰ Tamtéž, s. 6

³¹ Osobní rozhovor s nadpraporčíkem Janem DVOŘÁKEM, členem posttraumatického týmu Hasičského záchranného sboru České republiky. Chomutov 28.11.2023.

³² Pokyn generálního ředitele Hasičského záchranného sboru ČR ze dne 25.8.2014, o psychologické službě Hasičského záchranného sboru České republiky. In: *SBÍRKA INTERNÍCH*

Výjezdové zavazadlo

Každý člen posttraumatického týmu má své výjezdové zavazadlo. Zavazadlo obsahuje věci, které se při výjezdu mohou hodit. Mezi tyto věci patří například termofolie, chirurgické rukavice, lékárnička, psací potřeby, kapesníky, letáky a brožury pro komunikaci se specifickými skupinami nebo třeba plyšovou hračku, která slouží pro navázání komunikace s dětmi.³³

5.7. Vzdělávání příslušníků Hasičského záchranného sboru České republiky v oblasti psychologické pomoci

5.7.1. Odborná příprava

Odborná příprava v oblasti poskytování první psychické pomoci je povinná pro členy posttraumatického týmu. Přístupná je ale komukoliv, kdo o ní má zájem, příslušníkům i zaměstnancům. Tato odborná příprava je vhodná především pro ty, kdo na místě mimořádné události zasahují, aby věděli, jak se zasaženými osobami jednat. Tuto přípravu vedou psychologická pracoviště jednotlivých krajů. Příprava je zaměřena jak na teorii, tak na praxi. Účastníci musí splnit minimálně 20 hodin a na konci přípravy získají osvědčení o absolvování. Během přípravy se účastníci naučí zásady pro poskytování první psychické pomoci, základy pro práci s vlastními reakcemi na stres a díky modelovým situacím získají zkušenost, jak první psychickou pomoc nejen předat, ale poznají i své reakce a chování při takové situaci. Po prvním kurzu odborné přípravy je možno navázat na kurz navazující, který slouží nejen k zopakování již získaných informací, ale také k obohacení o zkušenosti nové, například jak pracovat se specifickými skupinami (jednat se může o osoby s mentálním či fyzickým postižením). Pro rozvoj v této oblasti je vhodná aplikace „První psychická pomoc“, kterou k rozšíření svých znalostí může použít každý, nejen příslušník či zaměstnanec sboru.³⁴

AKTŮ ŘÍZENÍ GENERÁLNÍHO ŘEDITELE HASIČSKÉHO ZÁCHRANNÉHO SBORU ČESKÉ REPUBLIKY, s. 6.

³³ Osobní rozhovor s nadpraporčíkem Janem DVOŘÁKEM, členem posttraumatického týmu Hasičského záchranného sboru České republiky. Chomutov 28.11.2023.

³⁴ Odborná příprava První psychická pomoc. In: *Hasičský záchranný sbor České republiky* [online]. [cit. 2024-02-18]. Dostupné z: <https://www.hzscr.cz/clanek/odborna-priprava-prvni-psychicka-pomoc.aspx>

5.7.2. Instrukčně metodické zaměstnání

IMZ je druh výcviku, který je vždy zaměřen na konkrétní situace a má za úkol proškolit cílovou skupinu konkrétních modelových situací. Jednat se může například o IMZ s řediteli odborů ochrany obyvatelstva a krizového řízení nebo IMZ s vedoucími oddělení krizové řízení krajských úřadů.³⁵

5.7.3. Vzdělávání příslušníků na informačních a operačních střediscích

Jelikož do kontaktu se zasaženými osobami přijdou i důstojníci operačních středisek, je důležité, aby i oni věděli, jak při takových hovorech jednat, dokud k volajícímu nepřijede člověk, který mu psychickou pomoc poskytne na místě události. Tento program obsahuje vzdělání pro nejvíce zátěžové hovory, které jsou rozděleny do devíti skupin: agresivní hovor, zahlcující hovor, hovor s nedostatečnou odezvou, volající v přímém ohrožení, zneužívající hovor, hovor s dítětem, hovor s duševně nemocným, hovor se sebevrahem a zátěžová komunikace.³⁶

5.7.4. Critical Incident Stress Management

Toto cvičení je výběr a praktikování vhodných přístupů krizové intervence. Jde o to přijít na nejvhodnější řešení pro konkrétní vzniklou krizi. Cvičení se zabývá i přípravou před krizí a následně rozebráním průběhu krize. Cílem je imitovat mimořádnou událost a její dopad. Cvičení by mělo poskytnout nástroje a metody, jak jednotlivé situace řešit před, během a po události.³⁷ Tento přístup a postupy tohoto cvičení jsou využitelné i v jiných odvětvích, než jsou mimořádné události spojené s hasičským záchranným sborem, většinou jsou ale spojovány s armádou anebo dalšími složkami integrovaného záchranného systému.

³⁵ Instrukčně metodická zaměstnání. In: *Hasičský záchranný sbor České republiky* [online]. [cit. 2024-02-22]. Dostupné z: <https://www.hzscr.cz/clanek/web-krizove-rizeni-a-cnp-soucasne-aktivity-instrukcne-metodicka-zamestnani-2012.aspx?q=Y2hudW09MTU%3D>

³⁶ Metodika, prevence a vzdělávání v oblasti psychologie pro operační řízení. In: *Hasičský záchranný sbor České republiky* [online]. [cit. 2024-02-18]. Dostupné z: <https://www.hzscr.cz/clanek/vzdelavani-prislusniku-a-zamestnancu-hzs-cr-metodika-prevence-a-vzdelavani-v-oblasti-psychologie-pro-operacni-rizeni.aspx>

³⁷ Critical Incident Stress Management. In: *National Interagency Fire Center* [online]. [cit. 2024-02-19]. Dostupné z: <https://www.nifc.gov/resources/taking-care-of-our-own/about-critical-incident-stress-management>

Je několik druhů a přístupů k tomuto cvičení, například „debriefing“, který je v práci již zmíněn. Jedná se o skupinové sezení, které se týká konkrétní prožité situace. V ideální situaci by toto sezení mělo proběhnout nejpozději do 72 hodin od krizové situace a vést by ho měl odborník, v našem případě tedy buď psycholog nebo jeden ze členů posttraumatického týmu. Zúčastněným by toto sezení mělo přinést pomoc a podporu při zvládnání prožitého stresu. Důležitou částí tohoto cvičení je i „Pre – crisis education“ což je příprava před krizovou situací. Člověk by se měl dozvědět o charakteru různých mimořádných událostí, které mohou nastat, jak jednotlivé události uchopit a jaké metody řešení zvolit. Měla by to být prevence proti špatnému vstřebávání událostí a špatné práce s vlastním stresem.³⁸

5.7.5. Aplikace První psychická pomoc

Tato aplikace je dostupná ke stažení od 24.6.2019. Obsah byl vytvořen pracovní skupinou v rámci sekce pro psychologii krizí, katastrof a traumatu ČMPS jejímiž členy byli i psychologové Hasičského záchranného sboru České republiky.³⁹ Po otevření aplikace se objeví několik ikon, na které může uživatel kliknout pro více detailů. Jako první ikona se zobrazuje „Co je první psychická pomoc“, kde po rozkliknutí najdeme, co je cílem první psychické pomoci a tři různé přístupy k první psychické pomoci podle Everlyho a Parkerové, podle National child traumatic stress network a National centre for PTSD a jako poslední podle Světové zdravotnické organizace. Další ikona nese název „Základní postupy první psychické pomoci“, která nabízí tři metody pomoci, a to metodu RAPID, Kroky PPP (dle psychologické služby HZS ČR) a 6P podle Pančochové. Každá metoda je po rozkliknutí stručně vysvětlena. Třetí ikona navazuje na předešlou, její název je „Další aktivity při PPP“ kde najdeme další metody, jak se chovat při poskytování první psychické pomoci. Následující ikona „Co nedělat“ čítá několik bodů o tom jak se k zasaženým během, mimořádné události nechovat. „Skupinová PPP“ popisuje tři druhy skupinových sezení: defusing, demobilizaci a krizový debriefing. Dle mého názoru velmi důležitá oblast poskytování pomoci „Specifické skupiny“, které vysvětlují, jak pracovat s lidmi se zdravotním postižením, psychickými

³⁸ Understanding CISM. In: *Supportive Online Solutions* [online]. [cit. 2024-02-19]. Dostupné z: https://www.criticalincidentstress.com/what_is_cism_

³⁹ Mobilní aplikace „První psychická pomoc“ - pomůcka při stabilizaci člověka v náročné životní situaci. In: *Sekce pro psychologii krizí, katastrof a traumatu ČMPS* [online]. [cit. 2024-02-18]. Dostupné z: [file:///C:/Users/veron/Downloads/Aplikace_PPP%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/veron/Downloads/Aplikace_PPP%20(1).pdf)

problémy anebo cizinci a zástupci menšin. „Stresové reakce“ jsou rozděleny do dalších ikon podle věku, které popisují psychické i fyzické projevy a jak s jednotlivými věkovými kategoriemi pracovat. V neposlední řadě v aplikaci najdeme i ikonu s názvem „Jak se postarat po zásahu o sebe“, která uživatele provede tím, jak se sám vypořádat s prožitým zážitkem a jak postupovat v případě, že se začnou projevovat trvalé následky. V aplikaci nalezneme i odkaz na YouTube kanál „Psycholog hasiči“ kde je spousta vzdělávacích videí na téma první psychické pomoci. Poslední ikonou jsou „Kontakty“, tam nalezneme kontakty na neziskové organizace, krizová centra, psychiatrické kliniky nebo poradny.

5.8. Typová činnost složek Integrovaného záchranného systému při poskytování psychosociální pomoci

Typových činností je celkem 17 a každá z nich popisuje postup složek integrovaného záchranného systému při spolupráci u různých mimořádných událostí. Katalogový soubor jednotlivých činností lze naléznout na webových stránkách Hasičského záchranného sboru České republiky. Pro tuto práci je důležitá typová činnost číslo 12 – Poskytování psychosociální pomoci. Gestorem této typové činnosti je Ministerstvo vnitra – generální ředitelství HZS ČR.

Katalogový soubor jasně vymezuje, co spadá do obsahu této typové činnosti, a to psychosociální pomoc při zásahu u mimořádné události. Jakákoliv psychosociální pomoc po ukončení zásahu není obsahem této typové činnosti. Zmiňuje i poskytování těchto služeb obětem trestných činů, o kterých říká, že s touto typovou činností souvisí pouze okrajově a řídí se pravidly platnými v gesci Policie České republiky.

Katalogový soubor vymezuje pojmy důležité pro tuto oblast a to: co se rozumí psychosociální pomocí, jak z časového hlediska rozlišujeme psychosociální pomoc, kdo jsou osoby zasažené, co se rozumí posttraumatické péči příslušníkům a zaměstnancům hasičského záchranného sboru a určuje kdo je koordinátorem této pomoci.

V katalogovém souboru se nachází popsáný postup, jak by poskytování psychosociální pomoci mělo v praxi vypadat, jak by se mělo postupovat. Jsou zde vypsány pomocné kroky a otázky, které mohou poskytovatelé použít.

Obsahem souboru je kontrolní list velitele zásahu, který po vyplnění ukazuje, jaké metody byly zahájeny a které splněny.

Jsou v něm popsány úkoly jednotlivých složek a informačních a operačních středisek. Následuje individuální postup v případě psychosociální intervence od Hasičského záchranného sboru České republiky, od Policie České republiky anebo od poskytovatele zdravotnické záchranné služby.

Ke konci katalogu jsou popsány i úkoly armády a neziskových organizací.⁴⁰

⁴⁰ Typová činnost složek IZS při poskytování psychosociální pomoci STČ 12/IZS. In: *Katalog typových činností integrovaného záchranného systému* [online]. Praha, 2015 [cit. 2024-03-06]. Dostupné z: <https://www.hzscr.cz/soubor/ucebni-text-psycho-stc-12-izs-pdf.aspx>.

6. Mimořádné události a jejich vliv na psychiku

Prožití jakékoliv mimořádné události má vliv na psychiku, ale podle závažnosti události se dopady mohou lišit.

V oblasti hasičského záchranného sboru se jedná hlavně o mimořádné události se zraněním, úmrtím anebo vysokou újmou na majetku. Nejhorším možným scénářem je smrt blízké osoby, jako největší bolest se považuje ztráta dítěte. Zranění z takových událostí mohou být trvalá na celý život a člověku to neustále připomíná prožité trauma. Při tragických událostech mohou lidé přijít o domov, místo, kde se cítí v bezpečí a mají tam uložený veškerý svůj majetek.

Události, u kterých je potřeba poskytnutí první psychické pomoci by se tedy daly nazvat jako události traumatizující. Traumatizující událost definujeme podle Mezinárodní klasifikace nemocí MKN – 10 jako *událost, která má výjimečně nebezpečný nebo katastrofický charakter a vyvolává hluboké rozrušení téměř u kohokoliv*.⁴¹

Podle hasičského záchranného sboru mezi takové události patří například prožití těžkého zranění, úmrtí osob, ohrožení vlastního života, riziko úmrtí, neočekávané ztráty na majetku i na životě, pocit strachu a bezmoci.⁴² Prožití takových událostí může vyvolat vznik posttraumatické stresové poruchy.

6.1. Vymezení důležitých pojmů

Psychická odolnost

Psychickou odolností rozumíme schopnost zvládnání psychické zátěže, zvládnání a překonávání různých problémů.⁴³

⁴¹ BAŠTECKÁ, Bohumila. *Terénní krizová práce*. Praha: Grada Publishing, 2005. ISBN 80-247-0708-X. s. 13

⁴² Stresové reakce po mimořádných událostech. In: *Hasičský záchranný sbor České republiky* [online]. [cit. 2024-02-20]. Dostupné z: <https://www.hzscr.cz/clanek/poradenstvi-a-psychotherapie-stresove-reakce-po-mimoradnych-udalostech.aspx>

⁴³ NOVÁKOVÁ, Milena. *Co je psychická odolnost* [online]. 2014 [cit. 2024-02-20]. Dostupné z: <https://sancedetem.cz/co-je-psychicka-odolnost>

Stres

Stresem rozumíme krátkodobé či dlouhodobé vlivy na organismus, které ovlivňují jeho reakce a vyvolávají stresový syndrom.⁴⁴

Trauma

Traumatem rozumíme náhlou nečekanou událost, která v nás zanechá stresující zážitek, se kterým tělo doposud nemělo zkušenost.⁴⁵

6.2. Dělení mimořádných událostí

Podle základního dělení rozlišujeme mimořádné události naturogenní a antropogenní, které se dále detailně dělí následovně:

Mimořádné události naturogenní

Mimořádné události způsobené přírodou se dále dělí následovně:

- Abiotické
 - Dlouhodobé sucho
 - Extrémně vysoké teploty
 - Přívalová povodeň
 - Vydatné srážky
 - Extrémní vítr
 - Povodeň
- Biotické
 - Epidemie
 - Epifytie
 - Epizootie

Mimořádné události antropogenní

Mimořádné události způsobené lidskou činností se dělí následovně:

- Technogenní
 - Narušení dodávek potravin velkého rozsahu
 - Narušení funkčnosti významných systémů elektronických komunikací

⁴⁴ KAPOUNKOVÁ, Kateřina a Zdeněk POSPÍŠIL. *Stres* [online]. [cit. 2024-02-20]. Dostupné z: <https://www.fsps.muni.cz/inovace-RVS/kurzy/patofyziologie/stres.html>

⁴⁵ PROKEŠOVÁ, Kamila. *Psychické trauma a jeho následky* [online]. [cit. 2024-02-20]. Dostupné z: <https://psycholog1.cz/psychicke-trauma-a-jeho-nasledky/>

- Narušení bezpečnosti informací kritické infrastruktury
- Zvláštní povodeň
- Únik nebezpečné látky ze stacionárního zařízení
- Narušení dodávek pitné vody velkého rozsahu
- Narušení dodávek plynu velkého rozsahu
- Narušení dodávek ropy velkého rozsahu
- Radiační havárie
- Narušení dodávek elektrické energie velkého rozsahu
- Sociogenní
 - Migrační vlna velkého rozsahu
 - Narušení zákonnosti velkého rozsahu
- Ekonomické
 - Narušení finančního a devizového hospodářství státu⁴⁶

6.3. Akutní reakce na stres

Akutní reakce na stres na rozdíl od posttraumatické stresové poruchy není dlouhodobá. Rozumíme jí jako krátkodobou reakci po prožití traumatizující události. Mezi tyto události řadíme ohrožení života, těžké poranění nebo smrt blízkého. Taková reakce na stres se může projevit ve čtyřech oblastech:

Poznávací procesy – člověk po prožití může mít problém se soustředit a vnímat, co se kolem něj děje, může být zmatený a vracet se k události.

Emocionální procesy – může se projevit pocit bezmoci, úzkostné stavy, strach nebo agrese.

Fyzické procesy – klasické reakce na stres, můžou být ale ve vyšší míře, je to například křeč, potíže s dýcháním nebo zrychlený puls.

Procesy chování – individuální chování po prožití události může být projevno poruchami spánku, agresí, nadměrné užívání alkoholu či drog, obecně by se dalo říct, že člověk spadne k rizikovému chování.⁴⁷

⁴⁶ MALINOVSKÝ, Karel. *ZS 7 Mimořádné události a jejich rozdělení* [prezentace].

⁴⁷ Stresové reakce po mimořádných událostech. In: *Hasičský záchranný sbor České republiky* [online]. [cit. 2024-02-22]. Dostupné z: <https://www.hzscr.cz/clanek/poradenstvi-a-psychotherapie-stresove-reakce-po-mimoradnych-udalostech.aspx>

6.4. Posttraumatická stresová porucha

Po prožití traumatizující mimořádné události může tato porucha vzniknout jak u zasažených osob, tak i u členů hasičského sboru. Tato porucha vzniká jako reakce na prožití traumatické události. Společně s touto poruchou se mohou vyskytnout i projevy jiných psychických onemocnění, například deprese nebo úzkostná porucha.⁴⁸

Příznaky

Hlavním příznakem této poruchy je znovuprožívání prožitého traumatu. Člověk se myšlenkami vrací zpět na místo události a opakovaně zažívá pocity, jako by tam znovu byl. Člověku se z těchto tzv. flashbacků dělá špatně nejen psychicky, ale i fyzicky. Flashbacky mohou přijít během dne, ale i během noci jako noční můry, které mohou vést k problémům se spánkem až ke spánkové deprivaci. Člověk má tendence se vyhýbat všemu, co mu událost připomíná (místům, lidem atd.).⁴⁹

Průběh

Příznaky se nemusí projevit okamžitě po události, mohou přijít s odstupem času během několika měsíců od události. Důležité je zmínit, že tato porucha není pravidlem a nemusí se projevit u každého, kdo traumatizující událost prožije. Důležité pro potlačení této poruchy je poskytnutí první psychické pomoci a předání osoby do péče někoho blízkého, kdo mu bude oporou, případně do péče odborníků. Skupiny, které jsou vznikem posttraumatické poruchy více ohroženi jsou děti, velmi staří lidé a lidé, kteří mají predispozice nebo se již léčí s nějakou psychickou nemocí.⁵⁰

Léčba

Důležité je léčbu poskytnout co nejdříve. Léčba se dá rozdělit na dva hlavní druhy, a to na farmakoterapii a psychoterapii. Farmakoterapie je předepsání vhodných antidepresiv ve vhodné dávce. Doba užívání je určena odborníkem, obecně by ale cílem mělo být léky po vhodné době užívání vysadit. Léky ale příznaky poruchy

⁴⁸ ZÍMOVÁ, Lucie. Posttraumatická stresová porucha. *PharmaNEWS* [online]. [cit. 2024-02-20]. Dostupné z: <https://www.pharmanews.cz/clanek/posttraumaticka-stresova-porucha-2/>

⁴⁹ BAŠTECKÁ, Bohumila. *Terénní krizová práce*. Praha: Grada Publishing, 2005. ISBN 80-247-0708-X. s. 46-51

⁵⁰ ZÍMOVÁ, Lucie. Posttraumatická stresová porucha. *PharmaNEWS* [online]. [cit. 2024-02-20]. Dostupné z: <https://www.pharmanews.cz/clanek/posttraumaticka-stresova-porucha-2/>

pouze potlačí, proto je doporučováno je kombinovat s psychoterapií. V dnešní době je spousta druhů psychoterapií, je tedy velká škála možností pro vyzkoušení různých metod a vybrat si tu, která nemocnému bude vyhovovat nejlépe. Důležité je člověku poskytnout informace o této poruše a plán léčby. Velmi důležitou roli také hraje podpůrný systém, nejčastěji je to rodina. Podpůrný systém by měl nemocnému poskytnout pocit bezpečí, naslouchat, účastnit se s ním terapií. Výsledky léčby jsou individuální, z poruchy se jedinec může vyléčit kompletně anebo s poruchou v jakékoliv míře prožít zbytek života.⁵¹

6.5. Syndrom vyhoření

Definice syndromu vyhoření

Syndrom vyhoření přichází po dlouhodobém vystavení stresu. Člověk se dlouhodobě udržuje v chronickém stresu, který vede k úplnému vyčerpání organismu. Syndrom vyhoření se vyskytuje nejčastěji u osob s velkým vytížením. Nejčastěji je spojován s pracovním vytížením u osob, které jsou na vysoké pracovní pozici a mají na svých ramenou velkou zodpovědnost. Před samotnou fází vyhoření člověk prožívá fázi nadšení, stagnace, frustrace a apatie.⁵²

Fáze syndromu vyhoření

Fáze nadšení

V této fázi nejsou viditelné žádné náznaky vyhoření, člověk je do své práce zapálen a dělá ji s radostí. Neobvyklá není ani práce přesčas nebo velké množství úkolů, které si dá za cíl splnit.

Fáze stagnace

Prvotní nadšení z práce se zmenšuje, člověk může zjistit, že ho práce nenaplňuje tolik, jako očekával. Nedává si tak vysoké cíle a nebere si na svá ramena tak velké množství práce jako na začátku.

⁵¹ ZÍMOVÁ, Lucie. Posttraumatická stresová porucha. *PharmaNEWS* [online]. [cit. 2024-02-20]. Dostupné z: <https://www.pharmanews.cz/clanek/posttraumaticka-stresova-porucha-2/>

⁵² Syndrom vyhoření. In: *Zdravotnické zařízení Ministerstva vnitra* [online]. [cit. 2024-02-22]. Dostupné z: <https://www.zzmv.cz/syndrom-vyhoreni>

Fáze frustrace

V této fázi může člověk začít být svou prací otrávený, přestane jevit zájem o budování své kariéry. Může se to promítnout i do lidských vztahů na pracovišti, ať už s kolegy nebo se zákazníky.

Fáze apatie

Práce je v této fázi vnímána již jen jako povinnost. Člověku se nechce chodit na pracoviště, obtěžuje ho to. Může vyvolávat problémy na pracovišti a svým chováním odradit zákazníky.

Fáze vyhoření

V této fázi by se dalo hovořit o takzvaném úplném vyhoření. Člověk absolutně ztratí smysl chození do práce, izoluje se od pracovního kolektivu, ztratí veškerou motivaci a smysl. V této fázi tedy hovoříme už o syndromu vyhoření.⁵³

6.5.1. Syndrom vyhoření u členů hasičských záchranných sborů

Hasiči při výkonu své práce staví životy a zdraví ostatních před ty své. Při zásahu jsou vystavováni různým druhům nebezpečí a hrozeb, což může vést ke zvýšenému pocitu stresu souvisejícím s prací. Pravidelné a dlouhodobé vystavování se těmito situacím může vést právě k syndromu vyhoření.⁵⁴

Práce hasiče je náročná psychicky i fyzicky. Hasiči se na směnách setkávají se smrtí, zraněními velkých rozsahů. Na místě zásahu se setkávají se zasaženými osobami, kterým by měli poskytnout první psychickou pomoc. Neustálé zachraňování a poskytování pomoci jiným, může vést k potlačování psychické pomoci sám sobě. K tomu se může přidat i vyčerpání fyzické.⁵⁵

Práci hasiče řadíme k pomáhajícím profesím. To jsou profese, které kvůli svým pracovním podmínkám mohou být více náchylné ke vzniku syndromu vyhoření.

⁵³ PETERKOVÁ, Michaela. Fáze vyhořívání. In: *Syndrom vyhoření* [online]. [cit. 2024-02-22]. Dostupné z: <https://www.syndrom-vyhoreni.psychoweb.cz/syndrom-vyhoreni-uvod/faze-vyhorivani>

⁵⁴ PATTERSON, Annie a Anna COURIE. *RECOGNIZING AND ADDRESSING BURNOUT BEFORE IT BURNS YOU* [online]. NATIONAL VOLUNTEER FIRE COUNCIL. 2022 [cit. 2024-02-22]. Dostupné z: <https://www.nvfc.org/recognizing-and-addressing-burnout-before-it-burns-you/>

⁵⁵ RYCHARD, James. *Beware of burnout: Recognize and prevent burnout during COVID-19 and beyond* [online]. FIREFIGHTING IN CANADA. 2021 [cit. 2024-02-22]. Dostupné z: <https://www.firefightingincanada.com/beware-of-burnout/>

Géringová definuje pomáhající profese jako *profese založené na profesní pomoci druhým lidem. Pomáhající profese tedy představují systém, na jehož jedné straně stojí pomáhající (hasič) a na straně druhé ten, jemuž má být pomoci (zasažená osoba).*⁵⁶

V České republice funguje poskytování psychologické služby v rámci hasičského sboru, tudíž pokud hasič cítí, že si potřebuje o svých tragických zážitcích promluvit, může kontaktovat psychologa nebo člena posttraumatického týmu. Po náročných výjezdech je psychologem doporučováno udělat hromadné setkání a společně výjezd rozebrat s odborníkem. Ze strany hasičského sboru jsou realizována i školení pro tuto oblast, kterých se může zúčastnit kdokoliv, kdo o to má zájem. Psychickou zátěž vnímá hasič jinak chvíli po nástupu a po několika odsloužených letech. Může se stát, že po delší době u sboru sám hasič uzná, že už při výkonu služby viděl dost tragédie a cítí, že je čas od sboru odejít.⁵⁷

6.6. Zvlášť zranitelné oběti

Obecně by se dalo říci, že ke skupinám zvláště zranitelných obětí se musí přistupovat více opatrně, s větší empatií a pochopením. Tyto skupiny jsou definovány faktory, které jim mohou prožívání prožitého neštěstí umocňovat a můžou vyžadovat větší dávku a dlouhodobější dávku pomoci.

Tyto skupiny můžeme dělit na základě:

- **Věku:** Jedná se zejména o děti a starší osoby. Obě skupiny jsou handicapované svým věkem, který jim ovlivňuje vnímání událostí. Důležité je s těmito skupinami během prožívání události mluvit, říkat jim pravdu a nezapomínat na citlivější jednání s nimi.

⁵⁶ GÉRINGOVÁ, Jitka. *Pomáhající profese*. Praha: TRITON, 2011. ISBN 978-80-7387-394-3.

⁵⁷ Osobní rozhovor s nadpraporčíkem Janem DVOŘÁKEM, členem posttraumatického týmu Hasičského záchranného sboru České republiky. Chomutov 28.11.2023.

- **Kultury a etnické skupiny:** U takových skupin může jít o nepochopení mezi různými kulturami a jejich nastavenými hodnotami pro poskytování první psychické pomoci. V každé kultuře se smrt a smutek prožívá jiným způsobem. Velkou bariérou může být také jazyk, který je pro poskytnutí pomoci zásadní. Dále pak může jít například o nakládání s těly zemřelých osob, které se v kulturách také odlišuje.
- **Mentálního postižení či fyzického postižení:** Mentálně postižený člověk obecně vnímá svět jinak, než je společností považováno za normální. Hasiči jsou proto vzděláváni i pro komunikaci s touto skupinou osob. U fyzicky postižených je důležité jim pomoci s pohybem, jejich špatná mobilita může vyvolat vyšší stres než u běžně pohybujícího se člověka.⁵⁸

⁵⁸ BAŠTECKÁ, Bohumila. *Terénní krizová práce*. Praha: Grada Publishing, 2005. ISBN 80-247-0708-X. s. 29-35

7. Psychologická podpora v jiných zemích

7.1. Slovensko

Na Slovensku podobně jako u nás psychologové zajišťují psychologická vyšetření uchazečů o přijetí do sboru a poskytují vzdělání v oboru poskytování psychologické služby. Psychologickou službu řídí oddělení psychologie Kanceláře prezidenta sboru, které má své psychologické pracoviště. Slovensko má 8 krajů, psychologická pracoviště jsou ale pouze ve 3 a to v Bratislavě, Žilině a Humennom⁵⁹. Kromě psychologické služby na Slovensku funguje i služba duchovní, kterou poskytují příslušníci Římskokatolické církve⁶⁰.

7.2. Spojené království

Ve Spojeném království existuje The fire fighters charity, což je organizace, na kterou se hasiči můžou v případě potřeby obrátit pro psychologickou pomoc. Na jejich stránkách mají seznam osob, pro které je jejich pomoc určena. Kromě hasičů tam patří například i hasičští dobrovolníci nebo hasiči ve výslužbě. V oblasti psychologie poskytují různé programy, které se mohou skládat z terapií, kurzů či podpůrných skupin.⁶¹

⁵⁹ Psychologická služba. In: *Ministerstvo vnútra Slovenskej republiky* [online]. [cit. 2024-02-22]. Dostupné z: <https://www.minv.sk/?psychologicka-sluzba>

⁶⁰ Poslanie duchovnej služby. In: *Ministerstvo vnútra Slovenskej republiky* [online]. [cit. 2024-02-22]. Dostupné z: <https://www.minv.sk/?poslanie-duchovnej-sluzby-1>

⁶¹ About us. In: *The Fire Fighters Charity* [online]. [cit. 2024-02-22]. Dostupné z: <https://www.firefighterscharity.org.uk/about-us>

8. Rozhovor s členem posttraumatického týmu Hasičského záchranného sboru České republiky

Pro praktickou část byla zvolena výzkumná metoda kvalitativního polostrukturovaného rozhovoru s členem posttraumatického týmu a zástupcem koordinátorky pro Ústecký kraj panem nadporučíkem Janem Dvořákem. Cílem rozhovoru bylo získat popis náplně práce členů tohoto týmu od přijetí do týmu, průběhu výjezdů až po vytknutí věcí, které by se do budoucna daly zlepšit. Rozhovor proběhl 28.11.2023 v Chomutově.

Panu Dvořákovi patří poděkování za poskytnutí informací a zkušeností, které mi pomohly při zpracování praktické části mé práce.

Rozhovor je přepsán redigovanou transkripcí a použita byla také stylistická korektura, aby byly věty plynulé a text byl souvislý.

Jak funguje psychologická služba v Chomutově? Dočetla jsem se, že u HZS bývá psycholog a s ním i posttraumatický tým. Mohl byste mi systém popsat?

„Není to jen v Chomutově, je to obecně v celém kraji, funguje to stejně. Máme psycholožku, kapitánku magistru Janu Majzlíkovou. Ta je pro celý kraj jen jedna a má k dispozici tým. Sídlí na krajském ředitelství v Ústí nad Labem a má pod sebou tým posttraumatické péče, kterej se skládá z hasičů, jak z výjezdových, tak z denní směny. Snažíme se, aby na každé stanici bylo zastoupení, aspoň jeden z nás a ideálně jeden každý směně, což se zatím nedaří, protože vůči naší službě byly v minulosti předsudky. Pomalu se tým rozrůstá. Já jsem v týmu už nějakých 14 let, kdy z počtu asi 8 lidí jsme se rozrostli na 20 pro celý kraj. Na každém územním odboru máme někoho, jsou asi jen 3 nebo 4 stanice, kde nikdo není (Podbořany, Duchcov, Šluknov, Česká Kamenice). Nově má psycholožka ze všech 20 členů vybranější tým členů, který tam jsou už delší dobu a je to takový poradní tým. Když je výjezd posttraumatického týmu, tak koordinuje, pomáhá a dělá podporu klukům, kteří k zásahu vyjíždí. Nebo také řeší interní věci, co by bylo dobré dokoupit, co funguje a nefunguje. Hlavní myšlenkou posttraumatického týmu byla kolegiální pomoc, prvotně zaměřeno dovnitř do sboru pro všechny

hasiče. Nejde pouze o náročný zásahy, ale i o osobní vztahy, vztahy na pracovišti, finanční krize a další. Máme na sebe kontakty na každé stanici. Člen HZS si může vybrat koholiv. A až potom jako druhotná je funkce první psychické pomoci lidem u mimořádných událostí.“

Vy jste tedy členem posttraumatického týmu?

„Ano, jsem člen týmu, zároveň zástupce koordinátorky, což je psychologka a jsem součástí poradního týmu. Mimo to jsem na výjezdu velitel družstva.“

V rámci Chomutova jste zde jako jediný člen nebo je tu více členů?

„Já sloužím na stanici v Ústí nad Labem. Ale funguje svolávání týmu mezi stanicema. Svolávání bylo do teď docela složitý. Když velitel zásahu zjistil, že potřebuje členy posttraumatického týmu, členy v množném čísle, protože jako hasiči máme zásadu, že všude chodíme ve dvojici a snažíme se to dodržovat i v tomto případě, tak vyslal požadavek na operační středisko, který začalo zjišťovat kdo by mohl vyjet. Takový svolávání trvalo kolem půl hodiny. My zároveň máme jako tým neoficiální WhatsApp skupinu, kam když jednomu z nás zavolali, že se něco děje a on věděl, že bude zapotřebí tým, tak do skupiny napsal a my jsme se předem domluvili kdo by mohl jet a volali jsme zpátky na operační středisko abychom jim ušetřili čas. Ted' se nám podařilo svolávání pomocí AMDS, to je v podstatě namluvená zpráva. Klasicky přijmete hovor, robot vám řekne, o co se jedná, třeba „Chomutov, dopravní nehoda, těžké zranění dítěte“. Já si to poslechnu, buď potvrdím, že vyjet můžu anebo neudělám nic, což znamená, že vyjet nemůžu. Nebo zprávu můžu rovnou odmítnout, ani si jí neposlechnout. Tím operační středisko získá informaci, kdo je schopen výjezdu a vybere primárně lidi co jsou na směně, případně lidi z volna, který jsou nejbliž události. Takhle teď funguje svolávání týmu. To je varianta při náhlých událostech, jako dopravní nehoda nebo požár.“

Když jste nastoupil Vy k hasičům, věděl jste o tomto týmu? Měl jste zájem být členem hned při nástupu? Jak vypadá přijímání do tohoto týmu?

„Já, když jsem nastoupil k hasičům, tak jsem o tom úplně poněti neměl. Primárně jsem nastoupil do Litoměřic, takže během prvního služebního roku to šlo mimo

mě. Když jsem přestoupil do Ústí nad Labem, tam se o tom dost mluvilo. Na směně byl kolega, který v týmu byl, takže mi to představil. Mě psychologie zajímala, hlavně ta komunikace s lidma u zásahu. Na základě toho jsem se přihlásil k psycholožce, která se mnou udělala vstupní pohovor, aby zjistila, jestli jsem vhodnej kandidát nebo ne. Potom mě přihlásila do kurzu, kterej vedou psychologové HZS z celý republiky. Absolvoval jsem úvodních 40 hodin, pak navazovaly další kurzy po 16 hodinách. Ten proces nebyl ze dne na den, ale trval třeba rok, rok a půl. To bylo kdysi. Teď je to tak, že máme kurz první psychické pomoci, na ten může jít jakýkoliv hasič, aniž by se zavazoval k tomu, že bude členem posttraumatického týmu. Vyzkouší si to, zjistí postupy, naučí se komunikaci s lidma na místě zásahu a potom, když zjistí, že by to chtěl dělat, tak jsou další dva kurzy. Ty, pokud absolvuje, tak projde takovým přijímacím pohovorem, kdy před celým týmem bude mít úkol, kdy musí popsat situaci a jak by jí řešil. Tým potom rozhodne, dá mu ano nebo ne. Hodnotí se při tom i kvality člověka. Jedna z nejdůležitějších je empatie a abysme věděli, že člověk není křivák, na tom si tým hodně zakládá. I u hasičů se občas najdou osobnosti, který nejsou v souladu s kodexem, kterej my dodržujeme a podepisujeme.“

Je tedy možné, že se do týmu dostane i člověk, který svojí roli neplní svědomitě a tak, jak by měl?

„Ještě se nám to nestalo. Teď při poslední volbě kandidátů, kterou jsme měli, tam byli tři a jeden přijatej nebyl. Pokud má někdo z týmu pochybnosti o přijetí nováčka musí si je obhájit, a většinou to jsou osobní zkušenosti, protože jsme z různých stanic a moc se neznáme. Ale ta psycholožka je zná z kurzů a dokáže si utvořit už nějaký obrázek. My s nima spolupracujeme občas na zásahu nebo na kurzu, tak třeba i víme, jak se ten člověk chová. Na základě těchto informací děláme ten výstup. Pokud má někdo pochybnosti o přijetí nového člena, tak může být přehlasovanej, protože jsou v tom třeba i osobní vazby. Ale snažíme se být nestranní.“

Je velký zájem o to být členem posttraumatického týmu?

„Poslední dobou se zájem zvedá, minimálně o tu první psychickou pomoc. Z nováčků, co teď nastupujou, se najde aspoň jeden, kterej by to chtěl zkusit.“

Může se člověk přihlásit hned po nástupu k hasičům? Nebo musí mít odsloužené nějaké roky?

„Je tam jedna jediná podmínka a to, že ten hasič musí mít splněnej nástupní odbornej výcvik. To znamená, když přijde úplnej nováček, kterej nemá vzdělání, jako tady je například chomutovská škola odkud by přišel jako hotovej hasič, tak musí nejdřív projít kurzem. Kdy se vlastně naučí všechno, co potřebuje a potom je plnohodnotným členem týmu. Do té doby musí u zásahu stát mimo, nebo třeba jen podává věci, nesmí do přímýho ohrožení. Když tenhle kurz splní, tak mu nic nebrání o zažádání o členství.“

Četla jsem, že i když už jste členem týmu, tak během roku probíhají nějaká přezkoušení?

„Není to úplně přezkoušení, je to odborná příprava. Probíráme různý témata. Říká se tomu IMZ. Náplň plánuje psychologka. My se sejdeme 2x až 3x za rok osobně. Většinou jezdíme po celém kraji, po stanicích. A zároveň probíhají kurzy nových uchazečů, ale i stávající členové se můžou přihlásit, aby si obnovily informace. Máme i online porady, online školení, když se nemůžeme potkat. Jako členové týmu musíme proškolit i ostatní kolegy ze směny a dobrovolné hasiče.“

Vy sám, pokud byste potřeboval psychickou pomoc, komu se můžete ozvat?

„Můžu se ozvat komukoliv kdo je členem toho týmu anebo rovnou psychologce.“

Když se člověk hlásí k hasičům, jak probíhá psychologická část přijímacího řízení?

„Ta psychologická část to je jenom pohovor u psychologky. Ona má připravený otázky, většinou proč to chce člověk dělat, co od toho očekává, co si myslí, že mu to přinese a tak. Pak asi ještě osobnostní test. Je to takový neformální. Protože když nastupují noví uchazeči ke sboru, tak musí projít psychologickým vyšetřením, který je docela náročný.“

A to probíhá jinde nebo u té stejné psychologky?

„To se většinou dělá v Praze nebo Hradci Králové na specializovaném psychologickém pracovišti. Jsou tam různý úkoly na přesnost, soustředění,

inteligenci a tak. A jsou jiný hodnoty pro přijetí hasiče a pak pro strojníka, to je ten, co řídí auto. Na něj jsou kladeny ještě vyšší nároky, hlavně na postřeh.“

Říkal jste, že tým posttraumatické péče byl založen s kolegiální myšlenkou, je to ale i služba pro osoby zasažené mimořádnou událostí. Když vyjedete k nějaké mimořádné události, je to jednorázová pomoc nebo vás mohou využívat dlouhodobě?

„Je to první psychická pomoc, tedy krátkodobá na místě události po dobu zásahu. My bysme vždycky ty osoby měly někomu předat. Příbuzným nebo někomu kdo se o ně postará. V případě, že nikdo takový není, tak máme brožury a letáky, kde předáme kontakt. Většinou je to Spirála v Ústí nad Labem, neziskovka, která působí po celém kraji. Může to ale být i Červený kříž, každý město má svůj spolek, kterým se tím zabývá. Tim pro nás zásah končí. Někdy hasič může vyhodnotit, že předá i kontakt na sebe, ale standartní to není.“

Dokázal byste vybrat a popsat skupinu zasažených osob, která dopady mimořádné události snáší nejhůř? Třeba ženy/muži/děti, jaký věk nebo je to tak individuální, že nedokážete určit?

„Vždycky záleží na tom, k čemu vlastně dojde. Pokud je tam újma na majetku, tak to většinou lidi snášej líp. Pokud je újma na zdraví nebo na životě, záleží na vztahu člověka ke zraněnému nebo zemřelému, taky na jeho věku. Samozřejmě pokud někomu zemře dítě, tak je to asi ta nejhorší situace, kterou si dokážeme představit. Když někomu zemře maminka v pokročilém věku, tak to už je zase situace, na kterou je člověk nějak připraven, že to třeba může nastat. Samozřejmě je z toho zdrcenej a smutnej, ale ta bolest nemusí být tak velká. Neříkám, že není, nikdo neví, jak to ten člověk prožívá. Ale řekl bych, že obecně ty zásahy, kde dojde k úmrtí dítěte jsou nejtěžší. Myslim si, že ty mámy v tu chvíli prožívaj největší bolest a chlapi se snaží být silný. Paradoxně kdo je v tuhle chvíli nejsilnější jsou prarodiče. Oni už si něčim prošli, maj zkušenosti a snaží se být oporou svým dětem a jsou v tu chvíli hodně silní.“

S jakou skupinou lidí je nejtěžší pracovat při mimořádných událostech?

„No, nejtěžší bych nedělil podle věku, ale s různými etnikama. Každý má svoji kulturu a třeba romská kultura, je taková, že všechno hrozně prožívaj, v podstatě až přehrávaj. My máme takový pravidlo, když dojde k úmrtí člověka z týhle skupiny, tak to moc neventilujeme, říkáme jim to až když je tělo vyproštěný. Oni maj tendenci na to místo chodit. Ne sami, ale v celý skupině a tam oplakávat přímo na místě. Což je pro nás špatně. Jim tam hrozí nějaký riziko a nám to komplikuje práci.“

Mohl byste mi popsat na nějakém případu, jak vypadá Váš výjezd? Zavolání už jste mi popsal na začátku, co následuje po něm? Jak to vypadá, když máte volno, ale k zásahu jedete?

„Pokud mám volno a zavolaj mi, že je potřeba abych jel na místo události, tak by mi měli říct s kým pojedou a já se s ním spojim. Zároveň do WhatsAppový skupiny napíšu, že jedu tam a tam, aby ostatní věděli že vyjíždíme, že už se něco děje a že ostatní můžou být v klidu. Mým úkolem je dostat se na stanici, kde si vezmu auto v barvách HZS a ideálně s majákem. Buď už se sejdu s kolegou na stanici, nebo ho vyzvednu. Každý člen týmu má svoje zavadlo, ideální je, aby měl dvě, jedno doma a jedno v práci. V zavazadle máme materiály, který jsou potřeba. Jsou tam materiály s kontaktama na ty neziskovky, letáky „Když nám zemře někdo blízký“, „Prožili jsme dopravní nehodu“, který byly vytvořený psychologickým pracovištěm. Je tam knížka pro děti „Když umře dinosaur“, kde je popsán truchlení. Takže podpůrný materiál a zároveň tam máme kapesníky, termofolie, chirurgický rukavice, lékárníčku, psací potřeby, brožuru pro komunikaci s neslyšícíma. Máme tam slona Huga, což je plyšák, kterýho dáváme dětem, aby v tu chvíli měli nějakýho kamaráda a abychom s nima mohli navázat komunikaci. Cestou na místo si uděláme plán, jak to bude probíhat. Většinou ten zkušenější je vedoucí v tý dvojici a ten druhý dělá podporu. Je dobrý jezdit minimálně ve dvou, samozřejmě při události většího rozsahu můžeme operačnímu říct, že potřebujeme abychom byli tři nebo čtyři, aby sehnal další. Ty dva si jsou vzájemně oporou, cestou zpátky si můžou udělat debriefing, rozebrat tu situaci. Kdyby na místě docházelo ke konfliktu mezi příbuznými, máme takový pravidlo, že ten, kdo dělá problémy, tak se odsune. Jeden si ho prostě vezme stranou aby na místě

panoval klid. Na tom místě jsme do doby, dokud všechny nestabilizujeme a nemáme je komu předat, nebo že to předání informací od nás bylo dostačující, aby tam zůstali sami. Ale většinou kontaktujeme příbuzný, kamarády, někoho s kým by člověk mohl sdílet těžkou chvíli, nechceme je tam nechávat samotný.“



Obrázek 1 - zásahové zavazadlo⁶²

K jaké mimořádné události posttraumatický tým vyjíždí nejčastěji? Je nějaké specifikum pro Ústí nad Labem, kde sloužíte?

„Nejvíc nás volají k dopravním nehodám s úmrtím.“

Jaká mimořádná událost je podle Vás na psychiku nejtěžší? Je to rozdílné pro hasiče a pro zasažené osoby?

„Tady bych viděl shodu v tom, že je to úmrtí dítěte anebo velké počet obětí. Tenhle rok byl zatím oproti jiným extrémně náročnej, měli jsme hodně mrtvech dětí. Začalo to už v únoru, kde byl požár chatky v Ústí nad Labem, kde zemřeli čtyři osoby, z toho byly dvě děti. Vždycky když se dozvídáme ten příběh, kdyby třeba udělali něco jinak, přijeli tam třeba o den pozdějš, třeba tam ani bejt neměli, ale nakonec tam přespali a zrovna se stal zkrat na ledničce co tam byla zapojená mraky let a začlo hořet. Potom v březnu jsme měli umrtí dítěte na otravu oxidem

⁶² Osobní rozhovor s nadpraporčíkem Janem DVOŘÁKEM, členem posttraumatického týmu Hasičského záchranného sboru České republiky. Chomutov 28.11.2023.

uhelnatym. Tam byl špatně připojený kotel na komín. Zase hloupost, odfláklá práce nějaký firmy, oddalování problému tatínka tý rodiny. Pak byly dvě utopený děti někde na Lounsku, nebo Žatecku. Takže tyhle ty zásahy jsou prostě nejtěžší.“

Když proběhne nějaká tragická událost a tým hasičů se vrátí zpátky na stanici, probírá se daná událost? Je stanovený nějaký postup?

„Když proběhne náročnej zásah, tak my jako členové informujeme psycholožku, která už by o tom měla vědět od operačního střediska. Psycholožka následující směnu, nejpozději tu další, což je asi 6 dní, by měla udělat debriefing. Hasiči si sednou do kroužku, součástí je psycholožka a 1 až 2 členové posttraumatického týmu jako podpora. Každý se představí, řekne, jaká byla jeho úloha na místě zásahu a popíše situaci ze svého pohledu. Co dělal, jaký měl úkoly. Společně si znova postaví obrázek. Sdílení těch informací by mělo trochu vyčistit ty rány na duši. Samozřejmě není to povinný, když někdo řekne, že se účastnit nebude tak nemusí. Je to náročný na organizaci, aby tam všichni byli, tak to musí být na jejich směně. Ale v tu chvíli musí být vyčleněný z výjezdu a neměli by být ničím rušený, takže by v místnosti měly být ztišený rozhlas, když je výjezd, aby je to nerušilo. Většinou jsou na to kladný ohlasy. Někde si nás povolá přímo vedení nebo velitel zásahu, někde člen toho posttraumatického týmu, někdy tam musí zavolat psycholožka a nabídnout nebo říct sama, že by bylo dobrý, aby to proběhlo.“

Je tahle psychická zátěž častým důvodem k ukončení služebního poměru?

„Za dobu, co jsem u sboru, tak byly asi jeden nebo dva případy. Jeden z toho byl, že na hasiče spadl trám ze střechy při zásahu a už se nedokázal vrátit, už měl prostě blok, takže ten na základě toho zážitku skončil. Ale záleží taky na míře zásahů, jestli se jedná o nováčka nebo veterána. Nováček ty věci vidí poprvý, ten kontakt a manipulaci s mrtvým tělem, pro ně to je určitě náročný. Veteráni už to mají nastavený tak, že ví a dokážou se s tím srovnat a berou to jako úkol, kterej musí splnit a povídaj si o tom cestou ze zásahu. Pro hasiče je typickej černej humor, kterým se snaží odbourat ten stres. Ale může se stát, že jednoho dne ten pohár míry odolnosti veterána přeteče a řekne, že ne, že už tohle vídat nechce a může na základě toho odejít.“

Vy jste říkal, že už to děláte 14 let, myslíte si, že je to funkce, kterou máte na celou svoji kariéru u hasičů? Na druhou stranu už to musíte mít zažité, že i kdybyste už součástí týmu nebyl, tak byste tu psychickou pomoc poskytl.

„Tím, že jsem výjezdovej hasič, tak ona psychická pomoc probíhá skoro u každého zásahu. Měli jsme třeba otevření bytu už s potvrzením o úmrtí, tak těm příbuznejm to musí někdo říct. Tuhle povinnost má policie, ale občas se stane, že se jim do toho nechce, tak aniž bych měl, tak to třeba oznámim já. Takže si nedokážu úplně představit, že bych skončil v týmu a dokázal se od toho odprostit. Možná bych mohl říct „hele běžte tam někdo jinej, já už to nedělám“, je možný že jednou nastane situace, kdy řeknu, že stačí a že se s tím nechci potkávat víc, než je zapotřebí. Ale zatím to tak není. Ted' se ještě děje to, že jak máme příliv nových členů, který potřebujou zkušenosti a maj větší chuť jezdit, tak z těch starších členů jsme spíš taková podpora. Neříkám, že nejezdíme, když můžem tak vyjedeme.“

Máte Vy nějakou zkušenost, výjezd, který Vám zůstal v paměti?

„Já si pamatuju všechny výjezdy, tak nějak. Ale nejvíc si pamatuju ted' z toho března to dítě, co umřelo na tu otravu oxidem uhelnatym a potom, myslim že v roce 2008, ale nejsem si jistej, tak tam bylo úmrtí dítěte po požáru, kterej se stal v Teplicích a tam záchranka a policajti moc nezafungovali. My jsme jeli na místo proto, že tam je hysterická paní, která tam dělá bordel před půlnocí. Naším úkolem bylo jí zklidnit, ale to že jí umřelo dítě už nikdo nebral v potaz. To byla taková ta sociálně slabší vrstva, ghetto v Teplicích, romská komunita a tam když jsme přijeli, tak docházelo k oživování dítěte a máma furt nevěděla co se děje. Ona to dítě nechala doma samotný, šla do krámu a když se vrátila, tak byl byt v plamenech. Tam byl takovej postup od ostatních složek, že od ní chtěli mít klid. Tam to bylo náročný v tom, že jí nikdo nechtěl oznámit to úmrtí. Pořád probíhala resuscitace, přesto že jsme už nějakou dobu věděli, že bude asi neúspěšná a nikdo se neměl k tomu jí to oznámit, takže jsme to oznamovali my.“

Děláte nějaké přednášky, edukační akce ve školách nebo s veřejností?

„Jako tým to neděláme, jestli to dělá psycholožka to nevím, to bych se musel zeptat. Ale myslím si, že ne. Spíš pro odbornou veřejnost a pro ostatní složky integrovaného systému. Občas máme ten IMZ se záchrankou a posttraumatickým týmem policie.“

Máte zkušenost se spoluprací s jinou zemí? Pořádají se nějaké stáže do zahraničí?

„O tom úplně přehled nemám. Nicméně vím, že třeba ve spojených státech mají kaplany. Američani jsou hodně nábožensky založený a tam v podstatě každé sbor má svého kaplana, kterej dochází na stanice a mluví s těma hasičema. Ono je to i v seriálech jako Okrsek 49 nebo Chicago fire, v prvních dílech ten kaplan je.“

Vy jste teda nebyl mimo Českou republiku? Nic takového se tedy nepořádá?

„Stáže v tomhle směru jsme neměli ani jsem o tom neslyšel. Napadají mě USAR týmy, tam s nima jezdí psycholog. Občas probíhají konference třeba v angličtině nebo němčině na různý témata, třeba „Zvládání stresu“ nebo „Vyrovnaní se s válkou“. Takový věci probíhají, ale výměny abychom někam jeli to ne. K tomu musí bejt člověk ještě dobře jazykově vybavený a to u nás moc není.“

Je něco, co byste Vy rád doplnil nebo změnil?

„Je to na bázi dobrovolnosti, odměna za to v podstatě není. Ted' se psycholožka snaží poslední dva roky nějakou odměnu napsat, ale je to jednou za rok a je to kolem 1000 Kč.“

Zažil jste zpětnou vazbu od lidí, kterým jste poskytoval první psychickou pomoc?

„Ted' v létě na Lounskou byla dopravní nehoda s úmrtím, kdy 19 letecký kluk vozil z jedné vesnice do druhé rodinu na oslavu tátových narozenin. Jel asi 160, vyletěl ze silnice do stromu a byl na místě mrtvej. Tak tam kluci předávali kontakty a poskytovali první psychickou pomoc a ted' se vrátilo, že ta rodina děkuje. „Zpětná vazba k výjezdu. Poděkování za práci. V srpnu jste poskytovali první psychickou pomoc po dopravní nehodě s úmrtím mladého muže. Předali jste kontakty, ze

kterých rodina čerpala. S jedním členem rodiny jsem nyní v kontaktu. Těší mě ta kontinuální práce“ (text zprávy od psychologky pro tým). Taková zpětná vazba občas přijde. Nebo poděkování od kluků, který jsou na místě dřív než my. Musí na to vyčlenit jednoho člověka a když přijedeme my, můžou se věnovat likvidačním pracem a v podstatě pak můžou i odjet a my tam zůstáváme sami. Třeba u toho dítěte s otravou oxidem uhelnatým jsme byli 8 hodin. To už pak bylo psychicky náročný i pro nás. V tomhle případě tam byla i policejní psychologka se kterou jsme spolupracovali. Potom od policie přišla zpětná vazba na dobrou spolupráci. Ještě když máme výjezd na sebevraha, tomu by měla velet policie. Ale dojezd policejního psychologa je kolem hodiny. Tak s ním přednostně mluví buď člen týmu nebo máme členy lezecký skupiny, který jsou vyškolený na komunikaci se sebevrahem. Ty s ním komunikují dokud nedorazí policejní psycholog nebo vyjednaváč. V tu chvíli by se to mělo předat, ale může se stát, že vyjednaváč řekne, že člen od hasičů to má dobře rozjetý, nechá ho to dokončit a dělá mu podporu. Někdy lidi totiž na policejní uniformy nereagují dobře.“

Jaký byl Váš nejdelší zásah, když říkáte, že tenhle trval 8 hodin?

„To bylo těch 8 hodin no. Na místě byla spolupráce se starostkou, vyčlenění místa pro tu rodinu, kde budou po dobu toho vyšetřování události. To byl nakonec úřad. Mělo to jedno patro, tam jsme byli v knihovně a tam jsme s nima trávili čas. Rozebírali jsme to s nima. Ty manželé nechtěli být spolu, ona mu vyčítala ten komín. Takže nejdřív jsme se ptali jich, jestli je to takhle v pořádku. Přijeli tam i prarodiče. Tam jsme řešili i to, že měli další dítě ve školce, takže jsme náplanovali kdo tam pro něj pojede a tak. Tam se dlouho čekalo na soudního znalce, kterej to celý musel projít. Potom už bylo naplánovaný, že oni pojedou bydlet k těm prarodičům a měli si vzít jenom pár věcí z toho domu. Ale ono to trvalo snad tři hodiny. Takže proto to bylo dlouhý, čekat na znalce, na posudky, že tam nikdo nesměl do toho domu při vyšetřování.“

Je něco, co byste zlepšil? Něco, co byste Vy sám ocenil?

„Teď třeba řešíme označení týmu, to jsou teď žlutý vesty s nápisem posttraumatiký tým. A ono to není vždycky vhodný. Na místě mimořádný události s velkým počtem zraněných, třeba nehoda autobusu nebo požár hotelu, se

shromažďují lidi, co nemaj žádný zranění, ale musej bejt někde pod dohledem, tak to si dokážu představit, že je vesta ideální, aby velitel zásahu rozlišil nás od hasičů. Ale pak když jedeme někam do rodiny, tak tam je to takový divný. Když si představíte, že přijdu k Vám a budu mít vestu s nápisem. Ted' od kolegy vzešel návrh, že bysme zavedly pásky, jako má třeba kriminální policie. Mně se tenhle nápad líbí, ale musí to projít procesem a musí se získat podpora. Ted' momentálně na to buď není čas nebo se to psycholožce moc nezdá. Když byl případ sebevraždy oběšením, manželka našla manžela a probíhalo vyšetřování, byla tam kriminálka i my a tam když přijde někdo nový, třeba od policie, tam by ty pásky byly ideální, protože jsou na ně zvyklý. Bylo by fajn kdyby bylo něco víc na financích, ale s rozpočtem pro sbor to asi není reálný. Uvidíme kam se ještě posuneme.“



Obrázek 2 - reflexní vesta pro označení členů posttraumatického týmu⁶³

Co se během Vaší kariéry člena posttraumatického týmu změnilo?

„To povolávání se změnilo hodně, dřív jsme nejezdili skoro vůbec, protože byly předsudky vůči naší službě, ale ted' už si nás povolávají k zásahu a zároveň je stanovená doprava na místo. Dřív tam někdo jel třeba svým soukromým autem, což by se ted' dít už nemělo. Když jedeme služebním autem, tak je člověk víc

⁶³ Osobní rozhovor s nadpraporčíkem Janem DVOŘÁKEM, členem posttraumatického týmu Hasičského záchranného sboru České republiky. Chomutov 28.11.2023.

chráněnej. Změnilo se i to, že se pro uchazeče přidal jeden kurz navíc, takže už nejsou jen dva, ale jsou tři. Taky se změnilo, že členové lezecký skupiny maj výcvik na komunikaci s tím sebevrahem.“

Četla jsem, že tahle služba byla zřízena až po roce 2000. Čekala bych, že to funguje už déle.

„Já Vám to řeknu úplně přesně, protože letos psychologická služba slaví 20 let, takže to vzniklo v roce 2003. Já jsem nastupoval v roce 2005 a členem jsem se stal 2008. V tom roce 2003 došlo ke změně v struktuře HZS, předtím to úplně nebylo jako teď. Předtím byla požární ochrana, to se ani nejmenovalo HZS. Samostatnej hasičskej sbor vznikl právě v roce 2000. Tři roky na to vznikla ta psychologická služba.“

A jak přesně funguje školení dobrovolných hasičů, které jste už zmiňoval?

„Dobrovolný hasiče školíme v rámci jejich odborný přípravy, většinou je to třeba když si dělaj kurz na vyprošťování osob, tak je to součástí výuky. Takže to není úplně zaměřený na to. To školení, který probíhá, tak je zaměřený fakt jenom pro příslušníky sboru.“

...

Před rozloučením ještě dodává (nestrukturovaná část rozhovoru):

„Nevim jestli víte, máme i aplikaci první psychická pomoc a tam je vlastně všechno. Je tam vlastně vysvětlení, co to je, co nedělat, zásady jako nic neslibovat, neříkat, že to bude dobrý a tak. A potom je na YouTube stránka Hasiči psycholog, tam jsou taky nějaký věci. Potom na hasicivzdelavani.cz, tak tam je složka „psychologická služba“ a tam jsou podpůrný videa a je tam vždycky klip s nějakou událostí, třeba „pokus o sebevraždu“ nebo „utonutí“ nebo „dopravní nehoda se zraněním“ a pak je ještě druhá varinta, že ty klipy jsou přerušovaný. Je tam nováček, kterej se ptá a ten hasič mu vysvětluje co a jak, co může a co nemůže. Potom tam je ještě druhá sekce, a to je pro komunikaci s osobami se zdravotním postižením. Takže tam je vozíčkář, nevidomej, neslyšící i mentálně postižení. Zás tam je popsáná práce s těma lidma. A jinak nejvíc těch událostí je právě na Lounsku a Žatecku.“

Má to nějaký důvod?

„No, ta D7. V těch Lounech už je to teda lepší, už je tam kus dálnice hotovej, ale prostě jsou tam ty dopravní nehody špatný. Letos jsme měli teda náročný zásahy, co se týče dětí. Naposled 8 dětí v Markvarticích na rozhledně, se zřítily. Pak samozřejmě ještě dopravní nehody, ale tam ty děti přežily. Vlastně ještě jedna, tam přišlo dítě o nohu, to bylo někde u Litvínova. To jsme dřív neměli, to bylo třeba že jsme na takovou událost vyjeli jenom jednou za rok.“

Vy říkáte, že 5 výjezdů je hodně, já bych očekávala i více, protože každou chvíli se někde něco děje.

„Tam jde vyloženě o zásahy, kde děti umřely nebo měly vážný zranění. Samozřejmě ne ke všemu nás volaj, třeba k náhlému úmrtí a tak, to nemá s hasičema nic společnýho. Tam musí být vždycky činnost toho sboru, hasební práce, vyprošťovací práce. Pokud to bude úmrtí a bude to jen pro policii a záchranku, tak nás nebudou potřebovat. Ale to je v každým kraji jinak. Co jsem slyšel, tak ve Středočeským kraji spolupracuje záchranka přímo s hasičema a povolává si tam právě členy týmu, ale ty maj zase širší základnu, protože Středočeský kraj je velkej a maj jiný možnosti, takže tam to takhle fungovat může.“

Mluvíte o Středočeském kraji, vy jste byl někdy v jiném kraji, víte, jak to chodí někde jinde?

„Ne, to jsem nebyl. Ale teď jak bylo těch 20 let, tak jsme měli celorepublikovej sraz, kde byli všichni psychologové plus asistenti. Takže tam jsme měli takový cvičení, práce v týmu. Měli jsme tam hasičský časopisy, kalendáře, dostali jsme nějaký téma a museli jsme na časovou osu udělat příběh. Vystříhat a nalepit, takový kreativní. To jsme museli popsat nějaký svůj zásah, kterej jsme zažili, kterej nám hodně dal. Pak nějaký metody práce se stresem. Motýlí křídla, jestli jste o tom slyšela. Určit víte, že mozek je rozdělený do tří vrstev a ta nejvyšší vrstva je ta, co nejvíc přemýšlí. A vlivem toho stresu se postupně odpojuje, až tam zůstane jenom ten základní instinkt. Takže pokud je člověk v té poslední vrstvě a je strnulej, tak jak ho dostat zpátky. Naše základní pravidlo je věnovat se těm co nemaj žádný projevy. Ty, co maj projevy, tak prožívaj, ty, co nemaj, tak jsou prostě zamrzlý.“

A teď přišli na metodu, když si propojíte ruce a položíte si je na klíční kosti a budete pohybovat konečkami prstů a soustředit se na to dýchání, tak ucítíte, že to s Váma něco dělá. V tu chvíli člověk, kterej je zamrzlej a začne tohle dělat, tak se začne vracet a začne mu to prožívání.“

Když se naskytne ve svém volnu u nějaké mimořádné události, poskytnete psychologickou pomoc automaticky?

„Co se týče veřejnosti, tak tam bych zafungoval stejně. Když je to doma, tak to je samozřejmě něco jinýho, tam mi to úplně nefunguje, třeba na děti (smích). Ale v civilním životě pro cizí lidi nemám problém. Ve výsledku, co ty lidi nejvíc potřebujou, tak jsou informace. Oni v té situaci jsou poprvé a neví, co se bude dít. Vždycky má člověk strach z toho, co bude, z toho co nezná. My jako hasiči jsme v těch situacích denně, nás už ta bouračka prostě nepřekvapí. Když se stane bouračka, tak prostě vím co mám dělat. Ale když se stane bouračka někomu poprvé v životě, tak je z toho úplně v háji. Naším cílem je ho potom navést a předestříť mu co se bude dít. Když vlastně oni už ví, že ten člověk nežije, ale nemaj kapacitu na to fungovat dál. My jim třeba pomůžeme zavolat, nabídneme jim, že ten hovor uskutečníme za ně, když někomu potřebujou zavolat. Potom když maj ty informace, tak já už přemýšlím nad něčím jiným. Teď to možná bude znít blbě, ale v podstatě od první chvíle bych už bych měl mít plán, jak toho člověka předám. Stanovit si cíl, že ho musím předat, zjistit komu, postupně na tom pracovat abychom se k tomu dostali.“

Jaké je časové rozmezí Vaší směny?

„24 hodin směna a 2 dny volno.“

Kdyby se tahle událost stala 4 hodiny před koncem směny, jak se to řeší?

„Normálně jako přesčas.“

Následovalo poděkování za ochotu rozhovor poskytnout a rozloučení.

8.1. Shrnutí rozhovoru

V rozhovoru byly popsány důležité body práce člena posttraumatického týmu. Mimo formální témata ohledně fungování systému, přijímacího řízení nebo svolávání na místo zásahu došlo i na osobní zkušenosti z konkrétních výjezdů. Chtěla bych zdůraznit psychickou odolnost hasičů, kteří tuto úlohu vykonávají. I přes psychickou zátěž to ale není častým důvodem k ukončení služebního poměru, což jen dokazuje jejich silnou psychiku.

Členové týmu nemají za tuto práci velké odměny, ať už finanční nebo jiné. Změna v tomto směru by mohla být přínosná pro sbor, jelikož by se mohl zvednout zájem o členství v týmu a zároveň by to mohla být motivace pro již aktivní členy. Označení členů týmu by se dle tázaného hasiče taky dalo vylepšit. Aktuální reflexní vesty jsou velmi výrazné. Méně nápadné označení, například již zmíněná páska na ruku, by byla pozitivně přijata. I pro osoby, kterým je pomoc poskytována, by toto označení mohlo přijít příjemnější. Zasažené osoby jsou často v šoku a na vestu by mohli reagovat negativně, jelikož by bylo očividné, že potřebují „speciální“ péči, že je s nimi něco špatně.

Psychologická služba je přínosným prvkem pro hasiče i pro zasažené osoby a její vznik nelze vnímat jinak než pozitivně. Do budoucna je důležité, aby se tato služba vyvíjela a reagovala na návrhy na zlepšení od svých členů. Neustálý vývoj do budoucna dovolí poskytovat psychologickou službu ještě kvalitněji.

Závěr

Cílem této práce bylo popsat vývoj psychologické služby Hasičského záchranného sboru České republiky, s jakým účelem vznikla a jak probíhá její poskytování v současnosti. Dnešní doba se více a více zaměřuje na mentální zdraví společnosti, je důležité se mu tedy věnovat i po prožití traumatické události, jelikož psychická pomoc pro zasažené osoby na místě zásahu teprve začíná. Práce se zabývá i psychickými poruchami, kterými mohou zasažené osoby či hasiči po mimořádné události trpět. S takovými osobami je důležité umět jednat, jejich psychika je křehká, protože mimořádné události se zásahem hasičů často končí tragicky. Proto za jeden z důležitých pilířů považuji vzdělávání této v této oblasti i pro hasiče, kteří nejsou členy posttraumatického týmu. Může se stát, že na místo zásahu dorazí dříve než posttraumatický tým a krizovou intervenci budou poskytovat i oni. Oblast vzdělávání by bylo vhodné rozšířit i mezi veřejnost. Člověk se může ocitnout u mimořádné události před příjezdem složek integrovaného záchranného systému a se zasaženými osobami se tak dostane do kontaktu jako první. K takovým situacím slouží i aplikace „První psychická pomoc“, která popisuje postup poskytování pomoci.

Psychologická služba nemá vlastní zákonnou úpravu, řídí se pokynem generálního ředitele Hasičského záchranného sboru České republiky ze dne 25.8.2014, o psychologické službě Hasičského záchranného sboru České republiky. Pokyn je pro danou problematiku dostačující.

Teoretická část popisuje i obecné informace o vzniku Hasičského záchranného sboru České republiky, jeho právní úpravu a základní pojmy důležité pro téma práce.

V praktické části se práce zabývá polostrukturovaným kvalitativním rozhovorem s členem posttraumatického týmu Hasičského záchranného sboru Ústeckého kraje. Nadpraporčík popisuje začátky posttraumatického týmu, účel, se kterým tým původně vznikl byl jen pro psychickou péči pro hasiče. Pro zasažené osoby se tato služba rozšířila časem. Služba se za jeho kariéru v některých věcech změnila, ale i přes to jsou oblasti, kde by změny teprve proběhnout mohly. Jednou z nich je označování týmu na místě zásahu, které je výrazné a sami členové týmu by ocenili označení méně nápadné, například pásky, které používá kriminální policie.

Psychologická služba hasičského sboru je důležitým faktorem pro udržování kondice hasičů. Budoucí fungování této služby by se mělo vyvíjet a přidávat nové prvky vzdělání. Motivací pro hasiče by mohlo být i vyšší finanční ohodnocení nebo vyslechnutí jejich návrhu na změny. Podobné služby fungují i v jiných zemích, kde mohou používat jiné přístupy a vzdělávací metody, proto by jedna z budoucích změn mohla být spolupráce s jinými státy a sledování nových trendů, aby již kvalitní psychologická služba byla v budoucnu ještě kvalitnější.

Seznam zdrojů

Zákonná úprava a interní akty řízení

1. Zákon č. 320/2015 Sb., o Hasičském záchranném sboru České republiky
2. Zákon č. 239/2000 Sb., o integrovaném záchranném systému
3. Zákon č. 240/2000 Sb., o krizovém řízení
4. Zákon č. 133/1985 Sb., o požární ochraně
5. Zákon č. 361/2003 Sb., o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů
6. Pokyn generálního ředitele Hasičského záchranného sboru ČR ze dne 25.8.2014, o psychologické službě Hasičského záchranného sboru České republiky. In: *SBÍRKA INTERNÍCH AKTŮ ŘÍZENÍ GENERÁLNÍHO ŘEDITELE HASIČSKÉHO ZÁCHRANNÉHO SBORU ČESKÉ REPUBLIKY*

Monografie

7. BAŠTECKÁ, Bohumila. *Terénní krizová práce*. Praha: Grada Publishing, 2005. ISBN 80-247-0708-X.
8. GÉRINGOVÁ, Jitka. *Pomáhající profese*. Praha: TRITON, 2011. ISBN 978-80-7387-394-3.
9. Od historie k dnešku. In: *Hasičský záchranný sbor České republiky*. Praha: MV-generální ředitelství HZS ČR, 2009, s. 1. ISBN 987-80-86640-80-8.
10. *Standardy psychosociální krizové pomoci a spolupráce zaměřené na průběh a výsledek*. In: MINISTERSTVO VNITRA GENERÁLNÍ ŘEDITELSTVÍ HASIČSKÉHO ZÁCHRANNÉHO SBORU ČR. Praha: MV – generální ředitelství Hasičského záchranného sboru ČR, 2010. ISBN 978-80-86640-51-

Elektronické zdroje

11. ANTONINO, Cristiano. *Co Je Psychologická První Pomoc (PFA)? Význam Mentální Podpory U Obětí Traumatu*. Emergency live [online]. 2022 [cit. 2024-02-07]. Dostupné z: <https://www.emergency-live.com/cs/health-and-safety/what-is-psychological-first-aid-pfa-the-importance-of-mental-support-in-trauma-victims/>
12. About us. In: *The Fire Fighters Charity* [online]. [cit. 2024-02-22]. Dostupné z: <https://www.firefighterscharity.org.uk/about-us>

13. Critical Incident Stress Management. In: *National Interagency Fire Center* [online]. [cit. 2024-02-19]. Dostupné z: <https://www.nifc.gov/resources/taking-care-of-our-own/about-critical-incident-stress-management>
14. Historie. In: *Hasičský záchranný sbor České republiky* [online]. [cit. 2024-02-10]. Dostupné z: <https://www.hzscr.cz/clanek/uvod-hasicsky-zachranny-sbor-cr-historie.aspx>
15. Instrukčně metodická zaměstnání. In: *Hasičský záchranný sbor České republiky* [online]. [cit. 2024-02-22]. Dostupné z: <https://www.hzscr.cz/clanek/web-krizove-rizeni-a-cnp-soucasne-aktivity-instrukcne-metodicka-zamestnani-2012.aspx?q=Y2hudW09MTU%3D>
16. KAPOUNKOVÁ, Kateřina a Zdeněk POSPÍŠIL. *Stres* [online]. [cit. 2024-02-20]. Dostupné z: <https://www.fsps.muni.cz/inovace-RVS/kurzy/patofyziologie/stres.html>
17. MALINOVSKÝ, Karel. ZS 7 *Mimořádné události a jejich rozdělení* [prezentace].
18. Metodika, prevence a vzdělávání v oblasti psychologie pro operační řízení. In: *Hasičský záchranný sbor České republiky* [online]. [cit. 2024-02-18]. Dostupné z: <https://www.hzscr.cz/clanek/vzdelavani-prislusniku-a-zamestanncu-hzs-cr-metodika-prevence-a-vzdelavani-v-oblasti-psychologie-pro-operacni-rizeni.aspx>
19. Mobilní aplikace „První psychická pomoc“ - pomůcka při stabilizaci člověka v náročné životní situaci. In: *Sekce pro psychologii krizí, katastrof a traumatů ČMPS* [online]. [cit. 2024-02-18]. Dostupné z: [file:///C:/Users/veron/Downloads/Aplikace_PPP%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/veron/Downloads/Aplikace_PPP%20(1).pdf)
20. NOVÁKOVÁ, Milena. *Co je psychická odolnost* [online]. 2014 [cit. 2024-02-20]. Dostupné z: <https://sancedetem.cz/co-je-psychicka-odolnost>
21. Odborná příprava První psychická pomoc. In: *Hasičský záchranný sbor České republiky* [online]. [cit. 2024-02-18]. Dostupné z: <https://www.hzscr.cz/clanek/odborna-priprava-prvni-psychicka-pomoc.aspx>

22. PATTERSON, Annie a Anna COURIE. *RECOGNIZING AND ADDRESSING BURNOUT BEFORE IT BURNS YOU* [online]. NATIONAL VOLUNTEER FIRE COUNCIL. 2022 [cit. 2024-02-22]. Dostupné z: <https://www.nvfc.org/recognizing-and-addressing-burnout-before-it-burns-you/>
23. PETERKOVÁ, Michaela. Fáze vyhořívání. In: *Syndrom vyhoření* [online]. [cit. 2024-02-22]. Dostupné z: <https://www.syndrom-vyhoreni.psychoweb.cz/syndrom-vyhoreni-uvod/faze-vyhorivani>
24. Poslanie duchovnej služby. In: *Ministerstvo vnútra Slovenskej republiky* [online]. [cit. 2024-02-22]. Dostupné z: <https://www.minv.sk/?poslanie-duchovnej-sluzby-1>
25. PROKEŠOVÁ, Kamila. *Psychické trauma a jeho následky* [online]. [cit. 2024-02-20]. Dostupné z: <https://psycholog1.cz/psychicke-trauma-a-jeho-nasledky/>
26. Psycholog pomáhá nejen hasičům, ale i postiženým mimořádnou událostí. In: *Hasičský záchranný sbor České republiky* [online]. [cit. 2024-02-12]. Dostupné z: <https://www.hzscr.cz/clanek/psycholog-pomaha-nejen-hasicum-ale-i-postizenym-mimoradnou-udalosti.aspx>
27. Psychologická služba: O nás. In: *Hasičský záchranný sbor České republiky* [online]. [cit. 2024-02-12]. Dostupné z: <https://www.hzscr.cz/clanek/psychologicka-sluzba-o-nas.aspx>
28. Psychologická služba: Právní rámec psychologické služby. In: *Hasičský záchranný sbor České republiky* [online]. [cit. 2024-02-08]. Dostupné z: <https://www.hzscr.cz/clanek/psychologicka-sluzba-pravni-ramec-psychologicke-sluzby.aspx>
29. Psychologická služba. In: *Ministerstvo vnútra Slovenskej republiky* [online]. [cit. 2024-02-22]. Dostupné z: <https://www.minv.sk/?psychologicka-sluzba>
30. RYCHARD, James. *Beware of burnout: Recognize and prevent burnout during COVID-19 and beyond* [online]. FIREFIGHTING IN CANADA. 2021 [cit. 2024-02-22]. Dostupné z: <https://www.firefightingincanada.com/beware-of-burnout/>
31. Stresové reakce po mimořádných událostech. In: *Hasičský záchranný sbor České republiky* [online]. [cit. 2024-02-20]. Dostupné z: <https://www.hzscr.cz/clanek/poradenstvi-a-psychotherapie-stresove-reakce-po-mimoradnych-udalostech.aspx>

32. Syndrom vyhoření. In: *Zdravotnické zařízení Ministerstva vnitra* [online]. [cit. 2024-02-22]. Dostupné z: <https://www.zzmv.cz/syndrom-vyhoreni>
33. Typová činnost složek IZS při poskytování psychosociální pomoci STČ 12/IZS. In: *Katalog typových činností integrovaného záchranného systému* [online]. Praha, 2015 [cit. 2024-03-06]. Dostupné z: <https://www.hzscr.cz/soubor/ucebni-text-psycho-stc-12-izs-pdf.aspx>.
34. Understanding CISM. In: *Supportive Online Solutions* [online]. [cit. 2024-02-19]. Dostupné z: https://www.criticalincidentstress.com/what_is_cism_
35. ZÍMOVÁ, Lucie. Posttraumatická stresová porucha. *PharmaNEWS* [online]. [cit. 2024-02-20]. Dostupné z: <https://www.pharmanews.cz/clanek/posttraumaticka-stresova-porucha-2/>

Ostatní zdroje

36. Osobní rozhovor s nadpraporčíkem Janem DVOŘÁKEM, členem posttraumatického týmu Hasičského záchranného sboru České republiky. Chomutov 28.11.2023.

Seznam obrázků

Obrázek 1 - zásahové zavazadlo	48
Obrázek 2 - reflexní vesta pro označení členů posttraumatického týmu	53