

# Smernice pri razvoju modela preventive pred stresom in sistema psihološke pomoči na področju varstva pred naravnimi in drugimi nesrečami

Avtorji:

Matija Svetina

Matej Tušak

Robert Masten

Maks Tušak

CRP MIR M5-0155, **Razvoj modela preventive** pred stresom in sistema psihološke pomoči na področju varstva pred **naravnimi** in drugimi nesrečami

Filozofska fakulteta, november 2007

## **POVZETEK REZULTATOV IN PREDLOG UKREPANJA**

Status reševalcev je bil s strani njih samih ocenjen na splošno kot »delno ustrezen«. Najpogosteje ocenjujejo status kot neprimeren kinologi, najbolje je pa status ocenjen pri »jamarjih«. Za »kinologe« je potrebno dodati, da najbolj negativno ocenjujejo vodenje, kar še dodatno pomeni, da se je potrebno osredotočiti na organizacijo in delo kinološke reševalne službe.

Usmerili smo se predvsem na ukrepe, ki jih je možno načrtovati na osnovi dobljenih rezultatov.

Obstoječi ukrepi v zvezi s pripravo reševalcev na njihovo delo in skrb za njih so na splošno ocenjeni kot »srednje dobri«.

Pri tem moramo več pozornosti posvetiti gasilcem, kinologom in gorskim reševalcem, pri katerih so ukrepi ocenjeni pomembno nižje v primerjavi z drugimi skupinami. Pomembno je tudi natančneje ugotoviti, kaj točno je tisto, kar te reševalce moti oz. katerih ukrepov si želijo. Sama opisna statistika, ki se nanaša na potrebe reševalcev sama po sebi ni zadostna, ker samo zavedanje potreb na prvi pogled pomeni primanjkljaj, lahko pa »višjo stopnjo«, ko se reševalci sploh zavedajo, da te potrebe imajo. Zato je potrebno pri načrtovanju dela izhajati iz tega, ne pa samo iz najbolj razvidno ugotovljenih potreb.

Na splošno gledano si vse skupine reševalcev želijo imeti izobraževanja s področja dela z ljudmi, pogovore s sodelavci po reševalni akciji, pri čemer pripadniki enot NUS, operaterji 112 in jamarji menijo, da teh ukrepov ne potrebujejo. Ponovno lahko rečemo, da te statistično značilne ugotovitve lahko odražajo utemeljen neobstoj potrebe, lahko pa zgolj nezadosten uvid v svoje potrebe.

Reševalcem se kot rečeno na splošno najbolj pomemben zdi pogovor s sodelavci po akciji, ne zdi pa se jim pomemben pogovor s psihologom ali z vodjem/nadrejenim. Vseeno lahko ugotovimo, da so gasilci izrazili potrebo po pogovorih s psihologom, torej moramo o tozadevnih ukrepih v prvi vrsti razmišljati kot obliko pomoči za gasilce, ki so v pomembno večji meri izrazili potrebo po pogovorih s psihologom.

V nadaljevanju želimo na kratko predlagati še nekatere možne ukrepe izhajajoče iz ugotovitev na osnovi psiholoških testov.

Gasilci so, kar se tiče kritičnih dogodkov najbolj izpostavljeni. Najpogosteje trpijo zaradi »povzročanja travme sebi«, stika z »večkratnimi žrtvami«, »medicinskih travm«, stika s travmatiziranimi otroki ter nekoliko tudi zaradi vprašljivih taktičnih operacij.

Precej so izpostavljeni tudi »operaterji 112« in sicer predvsem zaradi problematičnih taktičnih operacij in stika z otroki.

Posebne pozornosti so potrebni gorski reševalci zaradi nevarnosti lastnih poškodb in medicinskih travm ter pripadniki enot NUS zaradi stika z večkratnimi žrtvami in možnosti lastne travmatiziranosti.

Poleg tipa reševalcev pomembno vplivajo delovna doba ter starost. Starost in delovna doba na tem področju dela sta pomembna obremenilna dejavnika za povečano obremenjenost s kritičnimi dogodki.

**Iz raziskave izhaja, da so v nadaljevanju dela z reševalci posebne pozornosti potrebni gasilci, operaterji 112, pripadniki enot NUS ter gorski reševalci in predvsem reševalci z daljšo delovno dobo oz. starostjo.**

V kombinaciji z zgoraj navedenimi dejstvi so zanimivi stili spoprijemanja posameznih skupin reševalcev. Ženske pri nekaterih stilih spoprijemanja dosegajo pomembno višji rezultat kot moški. Le ta obsega kombinacijo k problemu usmerjenega stila reševanja težav (logična analiza ter ukrepanje) na eni strani ter sposobnost čustvene izpraznitve na drugi strani, kar pomeni, da ženske npr. lažje izražajo emocije a hkrati po drugi strani logično analizirajo problem in bolje ukrepajo.

Pri reševalcih moškega spola predlagamo spodbujanje možnosti za čustveno izpraznitev torej iskanje načinov redukcije napetosti. V določeni meri podobno (v smislu k problemu usmerjenega spoprijemanja) kot ženske se spoprijemajo s stresom starejši (izkušenejši) reševalci, ki pa kar se tiče stran od problema usmerjenih taktih spoprijemanja ne uporabljajo čustvene izpraznitve, ampak je njihova vedenjska strategija v glavne iskanje nadomestne zadovoljitve.

Kar se tiče logične analize problema in »reševanja problemov« sta ta dva načina spoprijemanja deficitna pri gasilcih. Obratno pa je pri gasilcih najbolj tipičen (relativno gledano) način spoprijemanja s stresom sprejemanje, torej, kognitivni, stran od problema usmerjen način. Torej, gasilci imajo – verjetno v povezavi z njihovo naravo in frekvenco dela – značilen, tipičen profil spoprijemanja s stresom, kjer je potrebno poiskati možnosti za k problemu usmerjene strategije spoprijemanja.

Prav tako lahko dodamo, da je pri gorskih reševalcih potrebno usmerjati k spoprijemanju, usmerjenem k problemom.

**Iz navedenega izhaja, da so izstopajoča skupina gasilci, za katere je potreben program dela na področju spoprijemanja s stresom, ki usmerja k problemu usmerjenim strategijam spoprijemanja (npr. načrtovanje plana dela, iskanje rešitev, tehtanje odločitev itd.). Podobno velja za gorske reševalce.**

Zgoraj navedeni rezultati (povezani s stili spoprijemanja) se dopolnjujejo s konceptom osebnostne čvrstosti, kjer lahko vidimo, da gasilci v veliki meri čutijo »nemoč« (nasprotno od internega lokusa kontrole. Zato, je logična bolj izrazito sprejemanje kot stil spoprijemanja s stresom. Prav tako gasilci čutijo malo »izziva«, sprememb ne sprejmejo zlahka.

Verjetno je narava dela pripadnikov enot NUS taka, da je lažje razumeti, da si na določen način bolj želijo predvidljivih stvari kot pa novih izzivov.

**Na osnovi tega lahko zaključimo, da imajo gasilci relativno neugodne osebnostne lastnosti v smislu spoprijemanja s stresom, kar je še dodatni razlog, da se z njimi v večji meri dela na učenju novih tehnik spoprijemanja, ki lahko kompenzirajo omenjeno prikrajšanost.**

Na splošno imamo malo možnosti vpliva v povezavi s spremenljivkami, povezanimi z osebnostjo. Uporabnost je predvsem na področju selekcije. Na osnovi rezultatov raziskave lahko rečemo, da po stopnji nevroticizma (nervoznost, občutljivost) odstopajo z višjim rezultatom pripadniki enot NUS, ki pa so hkrati bolj zgovorni, asertivni. Morda je to lahko tudi posledica vsakodnevne specifične izpostavljenosti življenjski ogroženosti.

## Povzetek ukrepov

- Pri gasilcih, kinologih in gorskih reševalcih so trenutni ukrepi ocenjeni pomembno nižje v primerjavi z drugimi skupinami. Potrebna je analiza ukrepov in statusov, ki jih trenutna organiziranost nudi reševalcem različnih vrst.
- vse skupine reševalcev želijo imeti izobraževanja s področja dela z ljudmi in pogovore s sodelavci po reševalni akciji (pri čemer pripadniki enot NUS, operaterji 112 in jamarji menijo, da teh ukrepov ne potrebujejo. Zato moramo poleg organizacijskih in s statusom usmerjenih stvari delati na področju izobraževanja za delo z ljudmi in predstavitve načinov razgovora po akcijah med samimi reševalci.
- ne zdi se jim pomemben pogovor s psihologom ali z vodjem/nadrejenim. Vseeno lahko ugotovimo, da so gasilci izrazili potrebo po pogovorih s psihologom, torej moramo o tozadevnih ukrepih na osnovi raziskave v prvi vrsti razmišljati kot obliko pomoči za gasilce. Prav tako moramo zagotoviti psihološko službo za primer izjemnih situacij. Poleg tega moramo analizirati, koliko je izražanje ne-potrebe rutinskega sodelovanja s psihologi in z nadrejenimi odraz realne nepotrebnosti tega, koliko pa nezavedanja potreb.
- posebne pozornosti pri načrtovanju dela z reševalci na osnovi raziskave bi bili potrebni gasilci, operaterji 112, pripadniki enot NUS ter gorski reševalci in sicer predvsem reševalci z daljšo delovno dobo oz. starostjo, ker so izstopajoče obremenjeni s kritičnimi dogodki
- Na področju stresa so izstopajoča skupina gasilci, za katere je potreben program dela na področju spoprijemanja s stresom, ki naj usmerja k »k problemu usmerjenim strategijam spoprijemanja (npr. načrtovanje plana dela, iskanje rešitev, tehtanje odločitev itd.)«. Podobno velja za gorske reševalce.
- Prav tako imajo gasilci relativno neugodne osebnostne lastnosti v smislu spoprijemanja s stresom, natančneje na področju osebnostne čvrstosti, kar je še dodatni razlog, da se z njimi v večji meri dela na učenju novih tehnik spoprijemanja, ki lahko kompenzirajo omenjeno prikrajšanost.