

Hradec Králové, 29.11.2013

PhDr. Monika Guľašová, PhD.

**Psychologická příprava  
na NHPO vo Falck,  
záchranná, a.s.  
(projekt debriefing)**



**Falck**

- 1. Východisková odborná báza**
- 2. Peer support**
- 3. Monitoring regiónov**
- 4. Defusing**
- 5. Plánované aktivity**

- **Teoretická príprava:** september 2012 – december 2012
- Odborná: zaškolenie v Kodani na oddelení psychologických služieb, mentoring a supervízia,
- Podporná: HR oddelenie Falck, záchranná: príprava smernice, pokynov,...
- **Záver: úprava dánskych podkladov jednotlivých fáz na základe slovenských špecifík**

- **Január 2013 – jún 2013:**
- 2 dňový kurz peerov: stres, coping, PTSD, komunikácia, agresia, peer support, orientačne defusing, debriefing
- monitoring staníc, monitoring peerov (po 4 v 14 regiónoch): záchranári, lekári
- Slovenské špecifiká v 1. fáze projektu: ohováranie, manipulácia, absencia dodržiavania psychohygieny u záchranárov
- Skúsenosť: vyskúšanie nového a prekonanie stereotypného správania sa medzi záchranármi

- **Január 2013 – august 2013**
- Anonymný, vodiči, záchranári, lekári pomerne z každého regiónu: N 586
- 3 oblasti: vnímanie stresu, vitálna exhauscia, pracovná spokojnosť
- Štatistické vyhodnotenie: október 2013
- **Zistenia:**
  - 1. necelých 21% záchranárov v stave vitálnej exhauscie
  - 2. 90% záchranárov vníma chronický stres
  - 3. významný kladný vzťah medzi vnímaným stresom a vitálnou exhausciou
  - 4. významný kladný vzťah medzi vnímaným stresom a pracovnou spokojnosťou

- **September 2013 – doteraz**
- Teoretická príprava: psychológ, HR oddelenie (supervízia dánskych kolegov)
- Október, November: certifikované kurzy defuserov (po 2 zo 14 regiónov)
- Defuseri: len záchranári
- **Slovenské špecifikum: nízka sebadôvera pre zvládnutie roly defusera**

# Ako prebehne defusing?



1. Operačné stredisko FZ hlásenie o udalosti
2. Info psychológ – defuseri v regióne
3. Defuseri na mieste do cca 60 minút
4. Organizácia činnosti podľa pokynov (kurz)
5. Príchod psychológa na miesto
6. Defusing za účasti posádky, defuserov a psychológa zo začiatku
7. Štandardný záznam o defusingu
8. Monitoring posádky
9. Prípadné ďalšie aktivity: debriefing, osobné intervencie, psychoterapie,...

- Refresh stretnutia s defusermi 2x ročne: novinky v CISM, modelové sedenie, rozbor prípadného reálneho defusingu
- Aktívna účasť na cvičení NHPO vo VVP Lešť 2x ročne
- **Cieľ: štandardizácia defusingu a debriefingu ako bežnej súčasti starostlivosti o zamestnancov Falck, záchranná, a.s.**
- **Implementácia skúseností zo susedných krajín resp. v susedných krajinách**



Ďakujem za pozornosť



**Falck**

**PhDr. Monika Guľašová, PhD.**

**[monika.gulasova@falck.sk](mailto:monika.gulasova@falck.sk)**

**+421 903 774 584**