



MÚ STŘELBA PRAHA

Z POHLEDU INTERVENČNÍ PÉČE

Veronika Kramářová

Markéta Mandlová

SPIS ZZS LK



21. PROSINCE 2023 ODPOLEDNE

16:00 aktivace interventů + linek

aktivace SPIS ZZS LK

odjezd PEER na místo
18:00

ZOS ZZS HMP
19:00





1. DEN

Denní směna ZOS

Noční směna ZOS

Předání kontaktů krizových linek





2. DEN

Ráno

- krizový štáb
ZZSLK
- vyslání týmu

Dopoledne

- 9:00 rozdělení úkolů
- nabídka debriefingu

Odpoledne

- debriefing 15 osob
- příjezd 2 členů

Večer

- defusing
- noční směna
- 7 skupin
- 9 hovorů

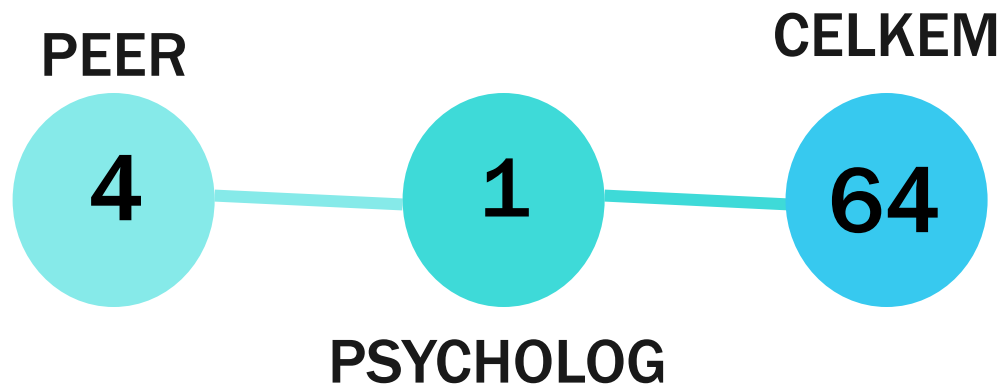


TÝM ZZS LK



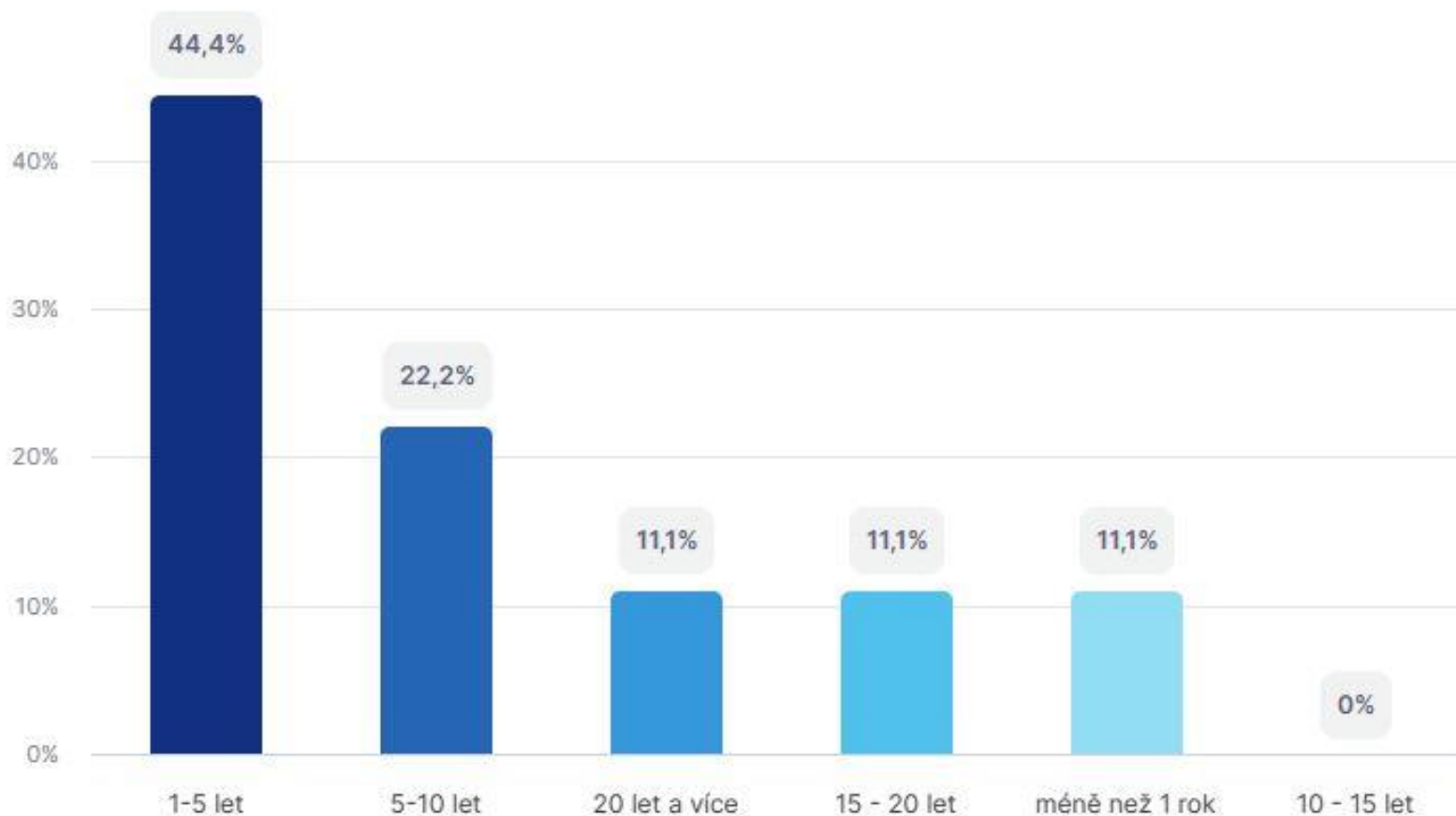
DALŠÍ DNY

- 23. – 27. 12. individuální hovory
- 27. 12. druhý debriefing
- leden 2024 skupinová intervize

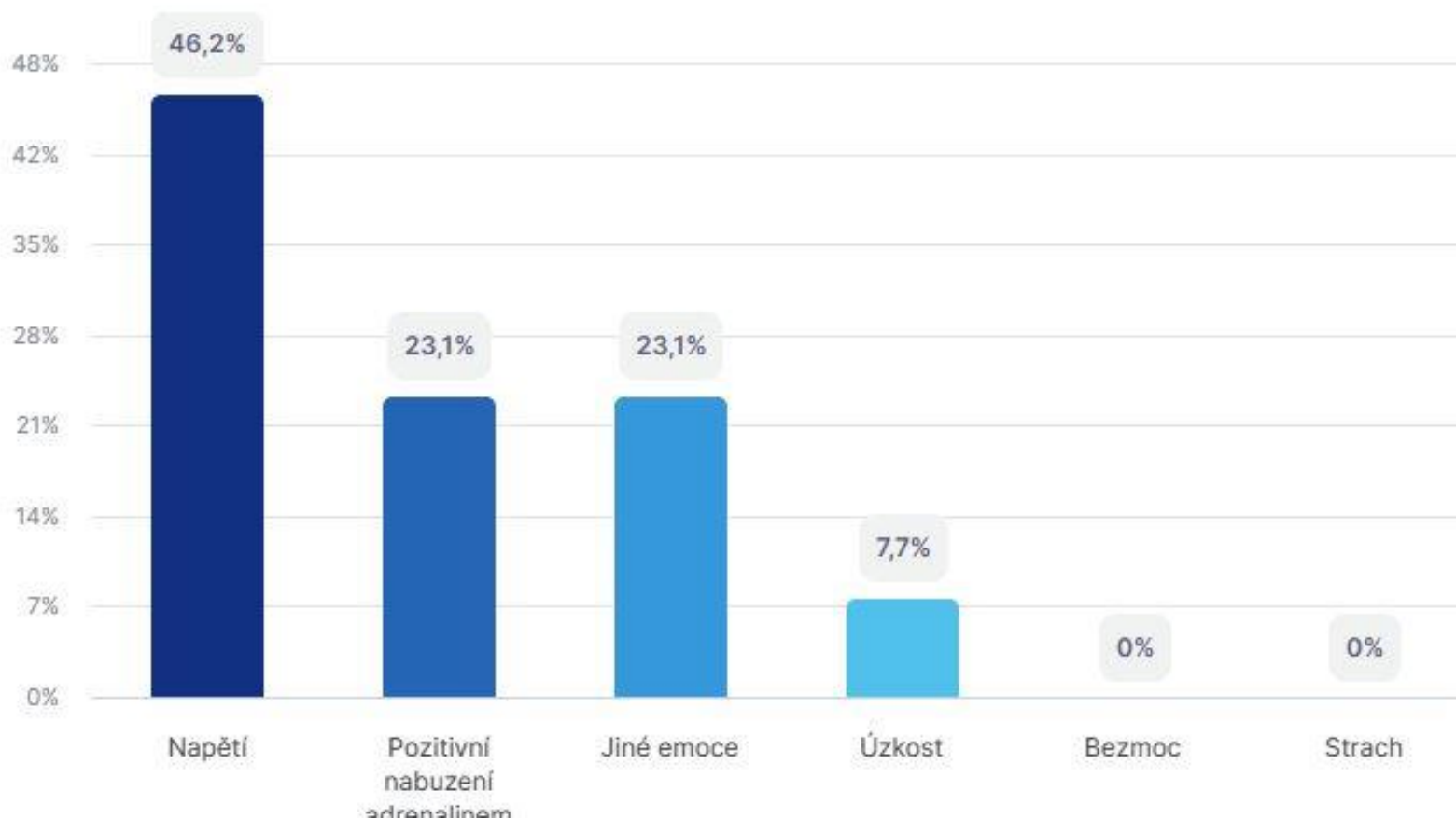




3. Délka praxe u ZZS



4. Jaké byly Vaše prvotní pocity při zadání výjezdu?





5. Jakými strategiemi jste se snažili udržet klid a soustředění při poskytování pomoci na místě MÚ?

ODPOVĚĎ

Uklidňováním sebe samotného , že vše dobře dopadne

režim "autopilota", zkušenosti z předchozích MU

Práce v bezpečné zóně, důvěra v práci kolegů z PČR.

Poslech pokynů z vysílačky.

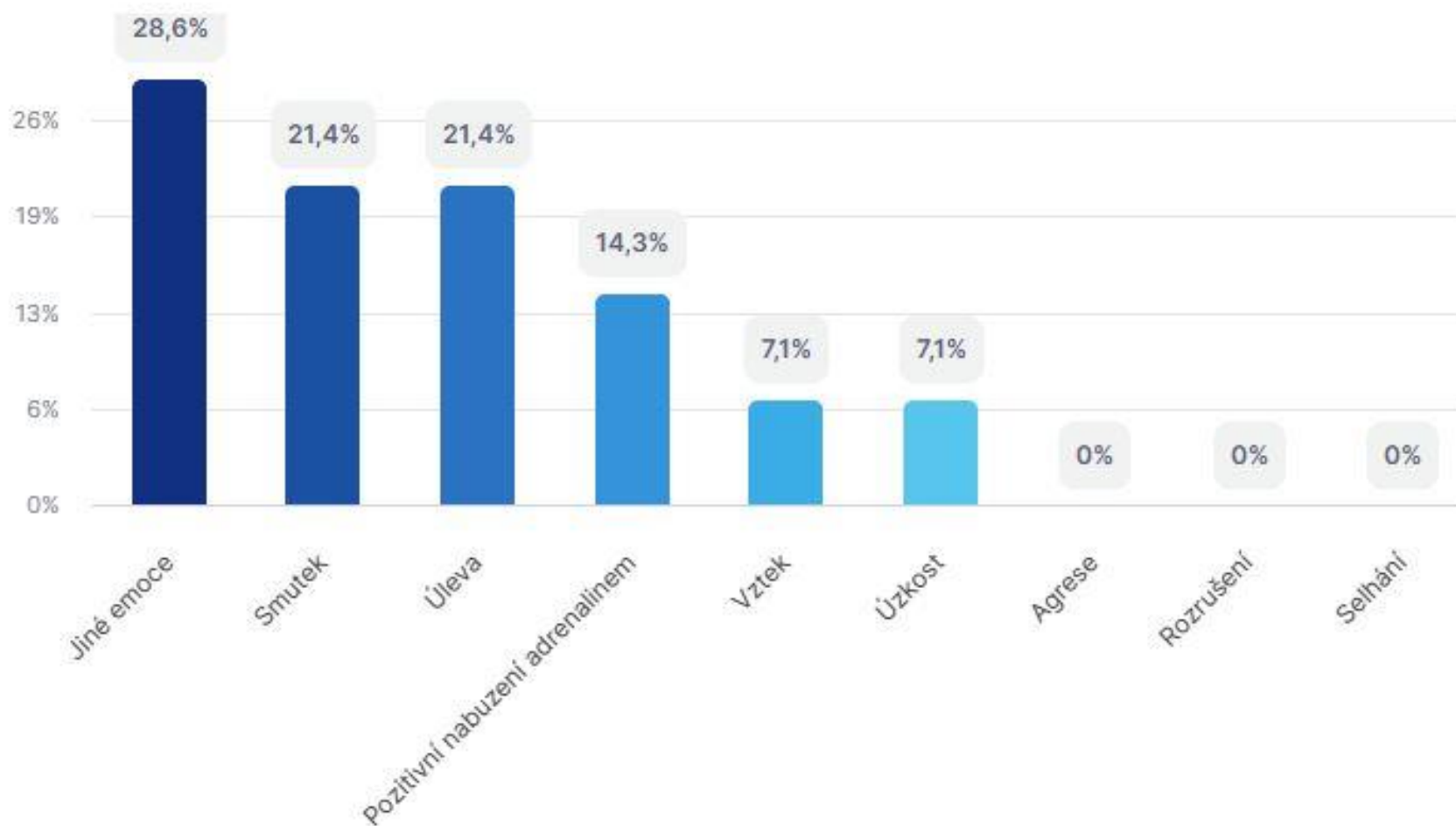
Odbornosti a naučeným postupem

Nikdy tam nejste sami.

Nemyslet na sebe, ale na daný cíl - být tu pro sekundárně zasažené a být jim oporou po prožité extrémně náročné události.

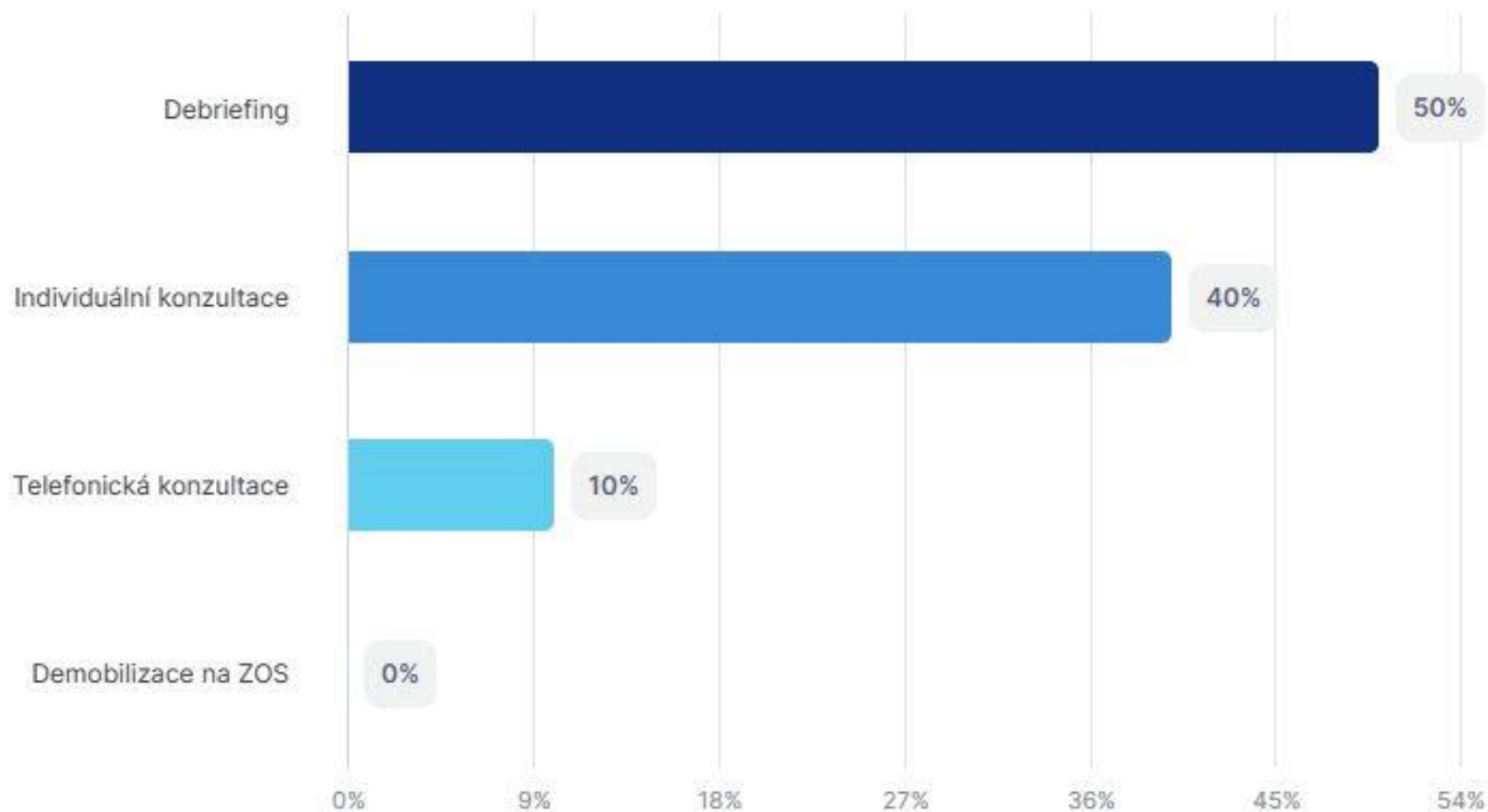
naše úloha nespočívala v poskytnutí první pomoci, ale v ohledání zemřelých. Několik hodin jsme čekali, než jsme vůbec mohli začít pracovat. Klid a soustředění mi pomáhala udržovat komunikace s kolegy.

6. Jaké emoce jste pociťovali po ukončení činnosti na MÚ?





7. Jaké formy podpory jste využili?





8. Jaké byly Vaše myšlenky, když jste dostali nabídku telefonické konzultace?

ODPOVĚĎ	PODÍL
Pozitivní	88.9%
Negativní	11.1%



9. Jak jste vnímali debriefingové setkání/ošetření po události?

ODPOVĚĎ

velmi prospěšné, profesionálně vedené

pozitivně, sdílení mi pomohlo událost uzavřít. bylo uklidňující vidět, že všichni událost intenzivně prožíváme. nejvíce mi asi pomohla "terapie sdílením", před rodinou jsem zvláště mezi svátky nechtěla téma otvírat a měla jsem pocit, že se ve všem plácám sama.

Musím říct, že ne úplně pozitivně. Do doby, než jsem tam šel, jsem byl v pohodě, po 2,5h poslouchání příběhů ostatních a všech detailů už ne.

Milé, ale brzy, nezkušenost konzultantů s krizí. Příjemné popovídání.

Klidně

Kladně

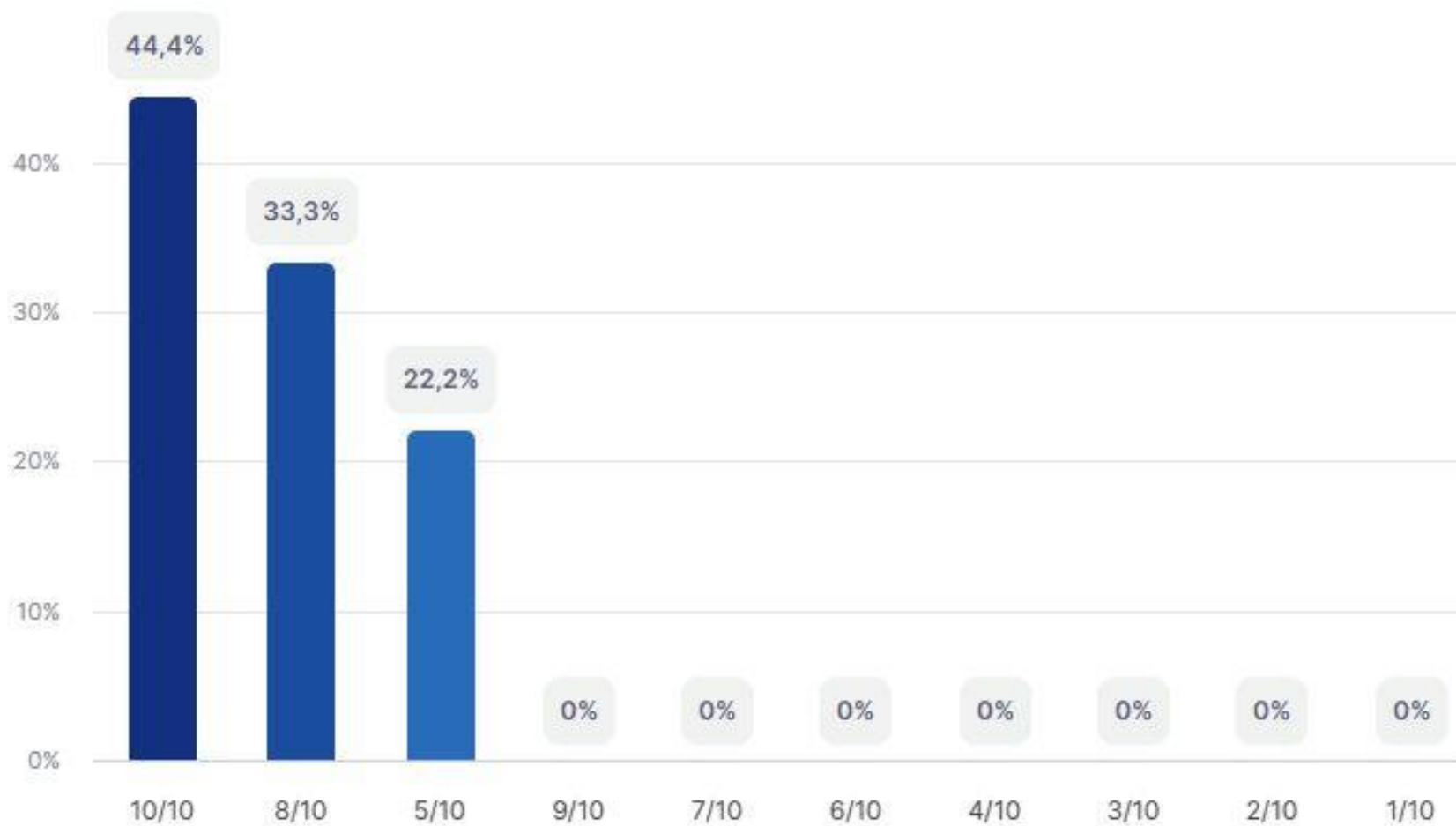
kladně



10. Jak jste vnímali skupinové setkání během noční směny následující den?

ODPOVĚĎ	PODÍL
	44.4%
Většinou věci srovnáván v sobě, ale bylo to příjemné	11.1%
nezúčastnil jsem se	11.1%
neproběhlo	11.1%
Možnost pohodové pauzy během rušné směny.	11.1%
Kladně	11.1%

11. Jak jste byli celkově spokojeni s PEER podporou?





12. Jak s odstupem času vnímáte poskytnutou PEER podporu?

ODPOVĚĎ

Více individuální.

vesměs pozitivně, první co mi chybělo při úvodním telefonátu od PEER byla nabídka okamžité probrání situace nebo věta "jak jste na tom, nepotřebujete pomoct, probrat něco atd". Byla jsem pouze informována o pevném datu debriefingu, kterého se mohu zúčastnit, na otázku, zda budou nějaké další, když nebudu moci dorazit, mi bylo zodpovězeno, že ne. Chyběla mi větší flexibilita, vzhledem k vyčerpání zdravotníků a možná nějaké následné termíny s odstupem.

nic

Nenabízet možnost odloženého skupinového debriefingu a priori mimo pracovní dobu.

Naprosto super! Sama za sebe jsem měla dojem, že ji nepotřebuji, ale po proběhlé telefonické podpoře to byl moc příjemný pocit.



13. Jaké jsou nyní Vaše pocity s odstupem času po MÚ?

ODPOVĚĎ

Stále emotivní, stále se to v různých intervalech vrací, ale není to nijak omezující.

Při vzpomínce na událost jako takovou - smutek a vnitřní účast pro pozůstalé obětí, či raněné. Při vzpomínce na mou účast mi vyvstává na mysli probíhající bezmoc na krizové lince PČR a magistrátu. Bohužel náplň svého působení na lince nejspíš NIKDY nevymažu z hlavy, a některé hovory si budu pamatovat vteřinu po vteřině. Nicméně obecné pocity jsou super - protože děláme úžasnou práci, která má nepopsatelně obrovský smysl!

Pocit veskrze dobře provedené práce.

Opakovaně jsme se k události vraceli v rámci vyhodnocení MU, prezentací atd. Událost vnímám v rámci možností jako "zpracovanou", nicméně je to jeden z těch zásahů, na který se zapomenout nedá.



“
Mysleme na sebe, abychom byli
bezpeční sami pro sebe a pro ostatní,
kteří nás potřebují... Markéta Mandlová
”

“
Svět je naruby ...někdy... možná
i nepochopitelně a zbytečně. Tak
proč si ho neudělat hezčí. Veronika Kramářová
”



**A jak v tom bylo
nám?**

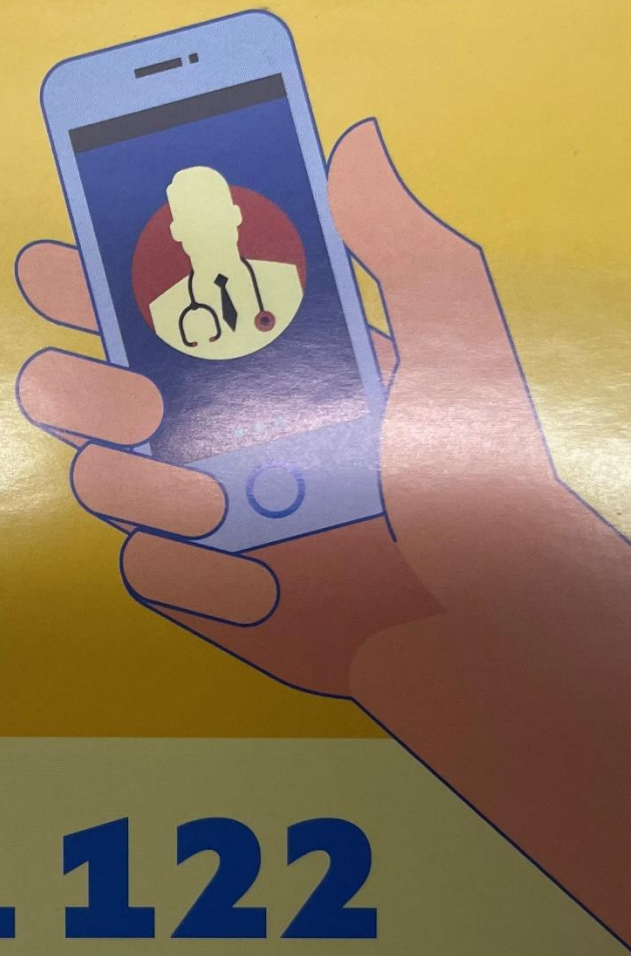






LINKA KOLEGIÁLNÍ PODPORY

pro pracovníky
ve zdravotnictví



 **530 331 122**

 **530 331 131**



Děkujeme za pozornost

www.spis.cz

530 331 122 nebo 530 331 131

www.zzslk.cz