

Předmluva .....	4
Úvod .....	5
1. Výchozí pojmy, jejich klasifikace a obsah .....	7
2. Význam a poslání krizového managementu v situacích ohrožení a katastrof .....	10
3. Základní znalosti o fungování lidské psychiky v práci záchranáře ..	14
3.1. Zátěžové situace, stres .....	16
3.1.1. Pracovní zátěž a stres .....	22
3.1.2. Adaptace a možnosti řešení stresových situací .....	24
3.2. Strach, úzkost, panika, konflikty, frustrace .....	27
3.3. Útok, vztek a agrese jako reakce na zátěžové situace .....	30
3.4. Výskyt sociálně patologického chování jako následek prožitých traumat (sebevražednost) .....	31
4. Psychické trauma jako důsledek extrémního prožitku .....	33
5. Základní východiska při poskytování základní pomoci v oblasti duševního zdraví v extrémních situacích .....	39
5.1. Kritéria věku, ohrožené skupiny obyvatel .....	40
5.2. Základní zákonitosti fungování lidské psychiky: percepce, představy, řeč, paměť .....	45
5.3. Sociální chování .....	49
5.3.1. Chování člověka v davu .....	54
5.3.2. Altruismus a absence pomoci .....	55
6. Komunikace a percepce .....	58
6.1. Asertivita .....	62
6.2. Komunikace v traumatické životní situaci .....	64
7. Význam duševní hygieny v pozásahové situaci .....	68
Literatura .....	71