

# OBSAH

ÚVOD .....	9
I RÁNY OSUDU .....	11
1 UDÁLOST .....	13
1.1 Vymezení traumatizující události .....	13
1.2 Typy neštěstí .....	14
1.3 Odlišnosti v působení .....	16
1.3.1 Postižení větší skupiny lidí versus izolovaná oběť .....	17
1.3.2 Působení člověka versus působení přírodních sil .....	17
1.3.3 Zvladatelnost versus nezvladatelnost následků katastrofy .....	17
1.3.4 Zahanbující projev zvůle versus projev něčeho, „co muselo být“ .....	18
1.3.5 Být přihlížejícím svědkem versus být přímou obětí .....	18
1.3.6 Krátkodobé versus dlouhodobé působení traumatizujícího podnětu .....	18
1.4 Souhrn kapitoly o událostech .....	19
2 ČASOVÝ PRŮBĚH UDÁLOSTI A VYROVNÁVÁNÍ SE S NÍ .....	20
2.1 Časový průběh reakce na traumatizující událost v osobním měřítku .....	20
2.2 Časový průběh vyrovnávání se se závažnou ztrátou: truchlení .....	23
2.3 Časový průběh reakce na traumatizující událost ve společenském měřítku .....	24
2.4 Časový průběh pomáhání .....	25
2.5 Souhrn kapitoly o časování .....	26
3 OBĚTI .....	27
3.1 Skupiny lidí zasažených událostí .....	28
3.2 Zranitelné (rizikové) skupiny obyvatel .....	29
3.2.1 Nezapomínejme na děti .....	30
3.3 Kulturní a etnické rozdíly .....	32
3.3.1 Kulturní citlivost .....	33
3.3.2 Projevy kulturní (ne)citlivosti při pomáhání .....	34
3.4 Souhrn kapitoly o lidech zasažených událostí (obětech) .....	35
☼ ROZHOVOR S BÁROU ŠINDELÁŘOVOU .....	35
4 PROJEVY A DŮSLEDKY NEŠTĚSTÍ .....	38
4.1 Projevy a důsledky neštěstí na úrovni jedince .....	39
4.1.1 Peri- a post-traumatické jevy .....	40
4.1.2 Posttraumatické poruchy .....	46
4.1.3 Příklad reagování na traumatizující událost: Stockholmský syndrom .....	52
4.1.4 Příklad reagování na traumatizující událost: nafouknuté Já (markýz Pombal, syn zeměřešení) .....	53

4.2	Projevy události na úrovni společenství .....	55
4.2.1	Útěk a přemístění .....	56
4.2.2	Truchlení .....	57
4.2.3	„Nákaza“ psychickým onemocněním (a zdravím) .....	64
4.3	Uzavření události .....	66
4.3.1	Přizpůsobení (adaptace) .....	66
4.3.2	Učení .....	67
4.4	Souhrn kapitoly o důsledcích a projevech neštěstí .....	68
<b>II POMOC, OCHRANA, PŘÍPRAVA .....</b>		<b>71</b>
<b>1 RÁMEC POMÁHÁNÍ .....</b>		<b>73</b>
1.1	Lidé při pomáhání .....	73
1.1.1	Nebezpečí a příležitosti pomáhání .....	74
1.1.2	Pomoc pomáhajícím .....	77
1.1.3	Východí postoj pomáhání .....	78
1.2	Lidské potřeby a hodnoty .....	78
1.3	Lidské síly: způsoby zvládání zátěže (copingové strategie, obranné mechanismy) .....	81
1.4	Lidské zdroje: sociální síť a sociální opora, společenství obce .....	83
1.4.1	Společenství obce a sociální síť jako základ sociální opory .....	83
1.4.2	Vymezení sociální opory .....	84
1.4.3	Sociální opora jako způsob žití „osoby v prostředí“: psychosociální zdroje .....	85
1.4.4	Sociální opora jako způsob zacházení s problémy: copingové strategie .....	86
1.4.5	Členění sociální opory .....	86
1.4.6	Zdroje sociální opory a její časování .....	87
1.4.7	Vnímání sociální opory: dostupnost, účinnost a přiměřenost pomoci .....	88
1.4.8	Nepříznivé podoby sociální opory .....	89
1.4.9	Společenství obce při katastrofách .....	89
1.4.10	Sbrnutí o obci a sociální opoře .....	91
1.5	Řízení psychosociální krizové pomoci .....	92
1.5.1	Řízení toho, kdo pomáhá .....	92
1.5.2	Krizové řízení .....	108
1.5.3	Řízení pomoci .....	118
1.5.4	Výchova a příprava obyvatel .....	129
1.5.5	Dokumentace – papírové doklady a podklady .....	132
☺	ROZHOVOR S PETREM ČINČALOU .....	149
<b>2 TYPY POMOCI .....</b>		<b>153</b>
2.1	První (psychická) pomoc a vyprávění .....	156
2.1.1	Základní první pomoc zdravotní .....	156
2.1.2	První pomoc psychická .....	157
2.1.3	Vyprávění .....	160
2.2	Záchraně a likvidační práce .....	163
2.3	Krizová intervence .....	163
2.3.1	Základy a zásady krizové intervence .....	164
2.3.2	Krizová intervence jako soubor technik a strategií .....	168
2.3.3	Krizová intervence jako metoda .....	170
2.3.4	Vyústění krize .....	178

2.4 Časná intervence .....	178
2.4.1 Demobilizace, defusing, debriefing .....	178
2.4.2 Vývoj debriefingu .....	179
2.4.3 Souslednost časné krizové pomoci .....	181
2.4.4 Praxe založená na důkazech .....	182
2.4.5 Přírozené způsoby vyrovnávání s traumatizující událostí .....	183
2.4.6 Opory přiměřené, kvalitní a účinné časné intervence .....	184
2.4.7 Závěr kapitoly o debriefingu a časné intervenci .....	186
2.5 Materiální a humanitární pomoc (Bohumila Baštecká, Štěpán Kavan) .....	188
2.5.1 Obecné otázky humanitární pomoci (Bohumila Baštecká) .....	188
2.5.2 Humanitární pomoc v České republice a České republiky (Štěpán Kavan) .....	193
2.6 Psychosociální pomoc obětem neštěstí .....	201
2.6.1 Vymezení psychosociální pomoci obětem neštěstí .....	202
2.6.2 Jak psychosociální pomoc ke špatné pověsti přišla .....	202
2.6.3 Etika pomáhání a etika pomáhajícího .....	204
2.6.4 Současné postoje k psychosociální pomoci: od odborníků k sousedům a zpět .....	206
2.6.5 Cíle psychosociální pomoci obětem neštěstí .....	207
2.6.6 Psychosociální intervenční týmy (PIT) .....	208
2.6.7 Souhrn kapitoly o psychosociální pomoci obětem neštěstí .....	210
2.7 Navazující odborná pomoc .....	211
<b>3 PŘÍPRAVA, OCHRANA, ZÁCHRANA (Otokar Mika) .....</b>	<b>214</b>
3.1 Prevence jako neúčinnější prostředek ochrany .....	214
3.1.1 Základní zásady připravenosti obyvatelstva .....	215
3.1.2 Doporučené zásady chování ohrožených a zasažených osob .....	216
3.1.3 Tísňové volání .....	219
3.2 Integrovaný záchranný systém jako nástroj pro záchranu osob a likvidaci následků mimořádných událostí .....	220
3.2.1 Součinnost složek IZS a základní úkoly IZS .....	221
3.2.2 Stupně poplachů IZS .....	222
3.2.3 Zásady spolupráce operačních a informačních středisek .....	223
3.3 Předchůdce integrovaného záchranného systému a krizového řízení .....	224
3.4 Krizové řízení .....	225
3.4.1 Krizový štáb .....	226
3.4.2 Typové plány pro správné a rychlé řešení mimořádných událostí .....	227
3.5 Závěr .....	228
<b>4 SOUHRN KAPITOLY O POMOCI, OCHRANĚ A PŘÍPRAVĚ .....</b>	<b>229</b>
<b>III ZÁKONNÝ RÁMEC POMOCI PŘI NEŠTĚSTÍCH V ČESKÉ REPUBLICĚ .....</b>	<b>231</b>
<b>1 PŮSOBNOST MINISTERSTVA VNITRA ČR .....</b>	<b>233</b>
1.1 Ochrana obyvatelstva (Štěpán Kavan) .....	233
1.1.1 Historie ochrany obyvatelstva .....	234
1.1.2 Vymezení pojmu ochrana obyvatelstva (civilní ochrana) .....	235
1.1.3 Vývoj ochrany obyvatelstva v našich podmínkách .....	235
1.1.4 Ochrana obyvatelstva .....	236
1.1.5 Koncepce ochrany obyvatelstva .....	241
1.1.6 Shrnutí .....	242

1.2 Hasičský záchranný sbor a integrovaný záchranný systém ( <i>Marie Sotolářová</i> ) .....	243
1.2.1 <i>Historie a poslání Hasičského záchranného sboru ČR a integrovaného záchranného systému</i> .....	243
1.2.2 <i>Nezbytná řeč paragrafů a definice pojmů</i> .....	244
1.2.3 <i>Lidé v Hasičském záchranném sboru aneb „kdo pomůže pomáhajícím“?</i> .....	246
1.2.4 <i>Psychologická služba hasičského záchranného sboru a její úkoly</i> .....	247
1.2.5 <i>Pokyny, které upravují výkon psychologické služby u HZS</i> .....	248
1.3 Policie při hromadných neštěstích ( <i>Štěpán Vymětal</i> ) .....	250
1.3.1 <i>Historie a poslání policie</i> .....	250
1.3.2 <i>Vymezení psychologické služby u Policie ČR</i> .....	251
1.3.3 <i>Historie psychologické služby v policejních složkách</i> .....	252
1.3.4 <i>Současný rozvoj systému posttraumatické intervenční péče a dalších typů péče o zaměstnance u Policie ČR</i> .....	252
1.3.5 <i>Výhledy oboru: tvorba systému psychologické služby u bezpečnostních sborů</i> .....	258
1.3.6 <i>Psychologie mimořádných událostí a možnosti jejího rozvoje</i> .....	259
1.4 Dohoda o spolupráci mezi HZS, ERC a ČBK .....	260
<b>2 PŮSOBNOST MINISTERSTVA ZDRAVOTNICTVÍ</b> .....	262
2.1 Urgentní medicína a medicína katastrof ( <i>Dana Hlaváčková</i> ) .....	262
2.1.1 <i>Legislativní rámec poskytování první pomoci v České republice</i> .....	263
2.1.2 <i>Historie zajišťování přednemocniční neodkladné péče a medicíny katastrof v ČR</i> .....	265
2.1.3 <i>Rizika a stresové faktory v práci zaměstnanců zdravotnických záchranných služeb</i> .....	267
2.1.4 <i>Osobnost a motivace zdravotnického záchranáře</i> .....	272
2.1.5 <i>Shrnutí</i> .....	273
<b>3 PŮSOBNOST MINISTERSTVA PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ</b> .....	274
3.1 <i>Krizová pomoc</i> .....	274
<b>4 PŮSOBNOST MINISTERSTVA OBRANY</b> .....	276
4.1 <i>Psychosociální složky v armádě</i> .....	276
🌀 <i>ROZHOVOR S VLASTIMILEM TÍCHÝM</i> .....	277
<b>5 SOUHRN KAPITOLY O ZÁKONNÉM RÁMCI POMOCI PŘI NEŠTĚSTÍCH V ČESKÉ REPUBLICE</b> .....	281
<b>ZÁVĚR</b> <i>neboli Příležitosti a rizika psychosociální pomoci obětem neštěstí</i> .....	283
<b>MEDAILONY AUTORŮ</b> .....	287
<b>LITERATURA</b> .....	291