

# 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<br>(markýz Pombal, syn zemětřesení) ..... | 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</b> | <b>POMOC, OCHRANA, PŘÍPRAVA .....</b>                                                | <b>71</b>  |
| <b>1</b>  | <b>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     | Výchozí 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    | Shrnutí 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</b>  | <b>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 Přirozené způsoby vyrovnávání s traumatizující událostí .....                                             | 183        |
| 2.4.6 Opatření přiměřená, kvalitní a účinná 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 republice (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 (Otakar Mika) .....</b>                                                        | <b>214</b> |
| 3.1 Prevence jako nejúčinnější 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 Koncept 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> .....                                                                              | 251 |
| 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 |
| 2 PŮSOBNOST MINISTERSTVA ZDRAVOTNICTVÍ .....                                                                               | 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 |
| 3 PŮSOBNOST MINISTERSTVA PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ .....                                                                     | 274 |
| 3.1 Krizová pomoc .....                                                                                                    | 274 |
| 4 PŮSOBNOST MINISTERSTVA OBRANY .....                                                                                      | 276 |
| 4.1 Psychosociální složky v armádě .....                                                                                   | 276 |
| 🕒 ROZHOVOR S VLASTIMILEM TICHÝM .....                                                                                      | 277 |
| 5 SOUHRN KAPITOLY O ZÁKONNÉM RÁMCI POMOCI PŘI NEŠTĚSTÍCH V ČESKÉ REPUBLICE .....                                           | 281 |
| ZÁVĚR <i>neboli Příležitosti a rizika psychosociální pomoci obětem neštěstí</i> .....                                      | 283 |
| MEDAILONY AUTORŮ .....                                                                                                     | 287 |
| LITERATURA .....                                                                                                           | 291 |