

# Obsah

<b>SLOVO ÚVODEM .....</b>	<b>7</b>
<b>1. HISTORIE POSKYTOVÁNÍ PSYCHOSOCIÁLNÍ PODPORY .....</b>	<b>9</b>
1.1 „Pozitivní“ vliv katastrof všeho možného druhu .....	9
1.2 Vliv válek .....	10
1.3 Vliv mimořádných událostí (přírodní pohromy, terorismus apod.) .....	12
1.4 Bezpečnostní složky ustanovené zákonem (policie, vojsko, hasiči) .....	12
1.5 Zdravotničtí pracovníci .....	13
1.6 Kde se vzala péče o „vlastní“ lidi v ČR .....	14
1.6.1 Mezinárodní měnový fond a „silové“ složky státu .....	14
1.6.2 Sociální a zdravotní služby – počátky péče o profesionály .....	15
1.7 Souhrn .....	18
1.8 Otázky k zamyšlení .....	19
<b>2. SOUČASNOST SYSTÉMU PSYCHOSOCIÁLNÍ INTERVENČNÍ SLUŽBY .....</b>	<b>21</b>
2.1 Metodické doporučení Ministerstva zdravotnictví .....	21
2.2 SPIS a události velkého rozsahu .....	23
2.3 Linka krizové podpory .....	24
2.4 Otázky k zamyšlení .....	25
<b>3. STRES A JEHO PŮSOBENÍ .....</b>	<b>27</b>
3.1 Stres – jeho definice, význam a fáze .....	27
3.2 Příčiny a druhy stresu .....	28
3.3 Symptomy stresu .....	29
3.4 Obranné mechanismy při stresové zátěži .....	30
3.5 Děje v organismu při stresové reakci .....	31
3.6 Příklad z praxe .....	32
3.7 Otázky k zamyšlení .....	32
<b>4. COPING – ZVLÁDACÍ – VYROVNÁVACÍ STRATEGIE .....</b>	<b>33</b>
4.1 Co je to coping strategie? .....	33
4.2 Využití coping strategií při poskytování kolegiální podpory .....	33
4.3 Otázky k zamyšlení .....	35

<b>5.</b>	<b>KOLEGIÁLNÍ PODPORA V PRAXI .....</b>	<b>37</b>
5.1	Základy podpůrné komunikace .....	39
5.1.1	Tři roviny komunikace .....	40
5.1.2	Základní techniky komunikace .....	42
5.1.3	Otázky k zamyšlení .....	46
5.2	Struktura a vedení individuální podpůrné komunikace .....	47
5.2.1	Struktura individuální kolegiální podpůrné komunikace .....	47
5.2.2	Akutní peer intervence .....	50
5.2.3	Kazuistiky .....	52
5.2.4	Otázky k zamyšlení .....	59
5.3	Telefonická peer podpora .....	59
5.3.1	Základní doporučení a zásady pro vedení telefonické peer podpory .....	59
5.3.2	Kazuistiky .....	61
5.3.3	Otázky k zamyšlení .....	63
5.4	Skupinové metody peer podpory .....	63
5.4.1	Demobilizace .....	63
5.4.2	Defusing .....	65
5.4.3	Debriefing .....	68
5.4.4	Doporučení ke skupinovým intervencím .....	72
5.4.5	Časté chyby při skupinových intervencích .....	72
5.4.6	Srovnání skupinových intervencí .....	73
5.4.7	Souhrn .....	73
5.4.8	Kazuistiky .....	74
5.4.9	Otázky k zamyšlení .....	77
<b>6.</b>	<b>NEJČASTĚJŠÍ TÉMATA PEER PODPORY .....</b>	<b>79</b>
6.1	Umírání a smrt .....	79
6.2	Suicidia a jejich riziko .....	81
6.3	Profesní pochybení zdravotníka .....	83
6.4	Problematika závislostí .....	84
6.5	Konflikty na pracovišti .....	86
6.6	Osobní a rodinné problémy zdravotníka .....	87
6.7	Otázky k zamyšlení .....	88
<b>7.</b>	<b>PEER PODPORA A MIMOŘÁDNÉ SITUACE .....</b>	<b>89</b>
7.1	Mimořádné situace a SPIS .....	89
7.2	Příklad z praxe – Střelba na oddělení hematologie FN Královské Vinohrady .....	90

7.3	Doporučený postup pro poskytování peer podpory při mimořádných situacích dle Metodického doporučení MZ ČR .....	91
7.3.1	Mimořádné situace s předpokládaným vysokým stupněm zasažení zaměstnanců .....	91
7.3.2	Mimořádné situace s předpokladem minimálně středního stupně psychického zasažení zaměstnanců .....	92
7.4	Doporučení odborných garantů pro týmy SPIS při poskytování psychosociální podpory v mimořádné situaci hromadného charakteru .....	93
7.5	Příklad z praxe – Aktivní střelec ve FN Ostrava .....	96
7.6	Otázky k zamyšlení .....	98
<b>8.</b>	<b>PEER A JEHO VYMEZENÍ, ZAVÁDĚNÍ PEER PODPORY .....</b>	<b>99</b>
8.1	Vzdělání a činnost peera .....	99
8.2	První kroky peera .....	100
8.3	Základní doporučení pro činnost peera .....	101
8.4	Etické principy peer činnosti .....	102
8.5	SPIS a jeho zavádění do zdravotnických organizací .....	104
8.6	Otázky k zamyšlení .....	105
	<b>SEZNAM ZKRATEK .....</b>	<b>106</b>
	<b>SEZNAM LITERATURY .....</b>	<b>107</b>
	<b>PŘÍLOHA 1 Peer premiéra – leták .....</b>	<b>109</b>