



# SEBEOBRANA PRO ZDRAVOTNICKÝ PERSONÁL

Mgr. MARTIN BUGALA

# OBSAH

- 1.... ÚVOD
- 2.... CHARAKTERISTIKA
- 3.... ROZBOR PROBLÉMU
- 4.... CYKLUS KONFLIKTU
- 4.... ANALÝZA PŘÍČIN PROBLÉMU, PŘEKÁŽKY V PRAXI
- 5.... TAKTIKA VE ZDRAVOTNICTVÍ
- 6.... KONKRÉTNÍ NÁVRHY ŘEŠENÍ DO PRAXE
- 7.... METODICKÁ ŘADA NÁCVIKU DOVEDNOSTÍ
- 8.... ZPŮSOB NÁCVIKU A VÝUKY DOVEDNOSTÍ
- 9.... SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY



# ÚVOD

*„V posledních letech jsme svědky vzestupu nejrůznějších forem násilí. I když je dopadení a potrestání pachatele v kompetenci policejních složek a soudů, je nezbytné, aby se problematikou násilí kvalifikovaně zabývali také zdravotníci. Ti totiž nezřídka pečují především o oběti násilí. Mohou být ovšem také v kontaktu s agresorem oběti nebo se dokonce sami mohou stát obětí, a to nejen v občanském, ale i profesním životě“ (HAŠKOVCOVÁ , 2004, s. 5).*

V roce 2001 Mezinárodní rada sester (ICN) dokonce vyhlásila problematiku násilí, jako aktuální a celosvětové téma.



## CHARAKTERISTIKA

- Obecný nárůst násilí – nárůst agresivního chování na pracovištích.
- Zvýšená rizikovost zdravotnických zařízení.
- Zdravotníci přichází do úzkého kontaktu s pacienty.
- Pacienti jsou ovlivněni:
  - a) chorobou
  - b) pocity bezmocnosti
  - c) fyzickou a psychickou nerovnováhou.

Na základě těchto poznatků se vytváří různá opatření, která slouží k zvládnutí agresivního chování.



## ROZBOR PROBLÉMU

Záchranář má prvotní cíl zajistit a stabilizovat oběť a jeho činnost je ovlivněna dvěma způsoby:

**1-** zraněný je v šoku, ovlivněn svou chorobou, má pocit bezmocnosti a není možné s ním komunikovat a zajistit kvalifikovanou lékařskou pomoc

**- zdraví a život záchranáře není v ohrožení**

**2-** zraněný je v šoku, ovlivněn svou chorobou, má pocit bezmocnosti a stává se agresivním

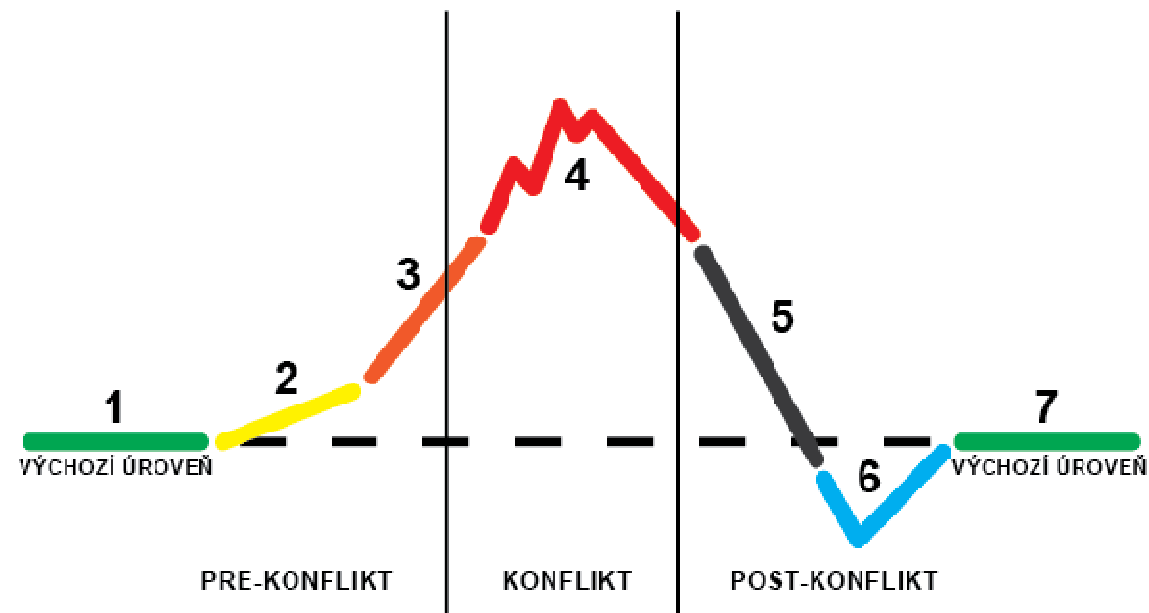
**- zdraví a život záchranáře je v ohrožení**

V první fázi, je znemožněna práce záchranáře, ale ohroženo zdraví nebo život není. Ve druhé fázi se objevuje agresivita ze strany pacienta, která znemožňuje práci záchranáře a zároveň ohrožuje zdraví či dokonce život.

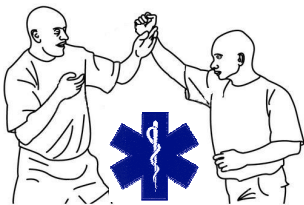


# CYKLUS KONFLIKTU

## CYKLUS KONFLIKTU PRO OSOBNÍ SEBEOBRANU PODLE JIMA WAGNERA



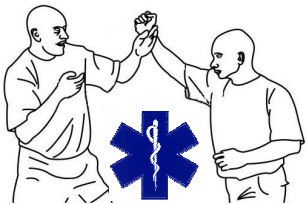
- 1. Vzdělání:** Znalostní oblast (příprava na konflikt pomocí tréninku)
- 2. Iniclace:** Událost, která je příčinou konfliktu (podnět ke konfliktu)
- 3. Eskalace:** Rychlý nebo postupný nárůst nebezpečí (příznaky konfliktu)
- 4. Konfrontace:** Použití síly (viz žebřík použití síly)
- 5. Stabilizace:** Únik nebo zadržení pachatele, první pomoc, kontaktování policie
- 6. Normalizace:** Případná hospitalizace, posouzení, soudní spor
- 7. Evaluace:** Vyhodnocení situace, ponaučení ze zkušenosti, úprava tréninku



Obr. 1 Cyklus konfliktu Vít. M., Reguli. Z., & Chvátalová. J., 2012

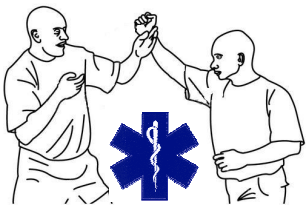
# CYKLUS KONFLIKTU

- **Prekonflikt**
  - Vzdělání – znalosti a dovednosti (příprava pro konflikt)
  - Iniclace – podnět, který je příčinou konfliktu
  - Eskalace – zvyšování nebezpečí
  
- **Konflikt**
  - Konfrontace – použití síly
  
- **Postkonflikt**
  - Stabilizace – únik /zadržení útočníka /první pomoc/ kontakt s policií
  - Normalizace- hospitalizace, trestní řízení
  - Evaluace – poučení se ze zkušeností, pokrok v tréninku



## CYKLUS KONFLIKTU - PREKONFLIKT

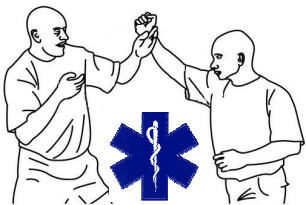
- Preventivní jednání
- Být psychicky i tělesně připraven
- Vytvořit podmínky pro případnou obranu
  - Prostor
  - Čas
  - Lidé
- Komunikace (asertivní, přiměřená k situaci)
- Vnímání možného nebezpečí a jeho eskalace





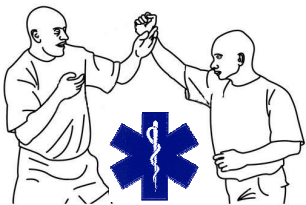
## CYKLUS KONFLIKTU - KONFLIKT

- Hlavní fáze konfliktu
- Trvá několik sekund až několik minut
- Aplikace naučených dovedností (techniky)
- Fyzicky a psychicky nejnáročnější část
- Odpovědnost z hlediska legislativy (*TRESTNÍ ZÁKONÍK, Hlava 3, § 29*)



# CYKLUS KONFLIKTU - POSTKONFLIKT

- **Stabilizace**
  - Co považujeme za vyřešení konfliktu?
    - Únik
    - Zadržení útočníka
    - První pomoc (obránce i útočníka)
    - Kontakt s policií nebo s dalšími institucemi a jednotlivci
  
- **Normalizace**
  - Hospitalizace (nepodceňování i malá skrytá zranění, i vzhledem k další trestně-právní odpovědnosti).
  - Kontemplace (vyrovnání se ze situací, pomoc psychologa, Bílý kruh bezpečí apod.).
  - Trestní řízení (výpověď, svědci, důkazný materiál (foto, video)).
  
- **Evaluace**
  - poučení se ze zkušeností, pokrok v tréninku.

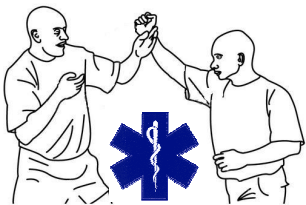


- **Právní aspekty**
  - Nutná obrana
  - Útok přímo hrozí nebo trvá
  - Útok přímo trvajícím
  - Reálnost útoku
  - Následek jednání v nutné obraně
  - Vybočení z mezí nutné obrany
- *Tyto situace řeší TRESTNÍ ZÁKONÍK, Hlava 3, § 29*



## ANALÝZA PŘÍČIN PROBLÉMU, PŘEKÁŽKY V PRAXI

- Standardní přístup záchranáře k oběti
- Bezhlavé přistupování k oběti
- Neuvědomování vzniku ohrožení zdraví či života
- Podceňování kolizních situací
- Různá tvrzení (když to zvládl Franta, tak to zvládnou i já)
- Slabá fyzická zdatnost
- Motivace
- Nedostatečná podpora managementu (výcvik, regenerace...)
- Nevytváření kvalitních podmínek pro pracovní činnost (zaměstnanci nejsou v předmětu zájmu)



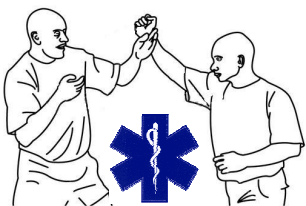
## TAKTIKA VE ZDRAVOTNICTVÍ

- Důraz na práci ve dvojici (řidič a zdravotník).
- Monitoring.
- Timing.
- Perimetr
- Zásady při vstupu do bytů či domů.
- Komunikace (sdělit každý postup ošetření)
- Předvídat
- Příprava na službu (pepřový sprej, fyzická a psychická pohoda, kontrola vybavení)



## KONKRÉTNÍ NÁVRHY ŘEŠENÍ DO PRAXE

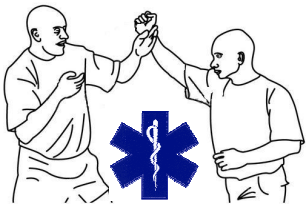
- ✓ Sběr dat (zjistit komplexní potřeby)
- ✓ Časové možnosti
- Finanční možnosti
- ✓ Sestavení projektu
- ✓ Metodika a didaktika výcviku
- ✓ Hodnocení účastníků
- Forma ukončení (dobrý pocit nestačí)
- Zvýšení odbornosti (co mi to přinese)
- Vytvoření kvalitních pracovních podmínek (ostatní složky IZS)



# METODICKÁ ŘADA NÁCVIKU DOVEDNOSTÍ

## Průběh výcviku

- Základní postoj
- Základní kryty
- Vyproštění z úchopů
- Navolňovací techniky
- Svedení na zem
- Kontrola na zemi
- Práce ve dvojici (svedení na zem, kontrola na zemi)
- Odvádění na nosítka
- Kurtování pacienta
- Práce v sanitce
- Používání farmak
- Modelové situace



## ZPŮSOB NÁCVIKU A VÝUKY DOVEDNOSTÍ

- Přecházíme od jednoduchých cvičení ke složitým
- Využíváme opakovací hodiny
- Snažíme se zakomponovat do výcviku pomůcky
- Testovat naučené dovednosti ve vypjatých podmínkách
- Neustále zdůrazňovat příklady z praxe
- Demonstrace dobře a špatně zvládnuté techniky
- Budovat psychiku (sebevědomí)
- Aplikování části výstroje a vybavení do samotného výcviku
- Využívat modelový trénink
- Navazovat techniky s přechody na nosítka a do sanitky

Budovat sebevědomého a techniky zdatného jedince, který umí využívat naučené dovednosti v praxi.





## SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY:

HAŠKOVCOVÁ, H. Manuál o násilí, NCO NZO v Brně 2004, 83s ISBN 80-7013-397-X

KŘIVOHLAVÝ, J. Jak přežít vztek, zlost a agresi. Grada Publishing. a. s., 2004 ISBN 978-80-247-0818-8

NAKONEČNÝ, M. Psychologie osobnosti. 1995, ISBN 80-200-0628-1

VÁGENROVÁ, M. Psychologie pro pomáhající profese. Praha: Portál, 2004. – 872 s. ISBN 80- 7178-802-3

VÍT, M. *Rigorózní práce 2009 Sebeobrana pro střední školy* 159s

### Internetové zdroje:

SZDN [online]. [cit. 14.ledna 2011]. Dostupný z WWW:

<http://www.zdn.cz/clanek/sestra/agresivni-pacient-vyzkum-456624>



**DĚKUJI ZA POZORNOST**

