

SYSTÉM PSYCHOSOCIÁLNÍ INTERVENČNÍ SLUŽBY VE ZDRAVOTNICTVÍ



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ
ČESKÉ REPUBLIKY



Milá kolegyně, milý kolego,

Před rokem se v České republice objevila nemoc COVID 19. Nikdo z nás si neuměl představit, co nás čeká, natož, že po roce bude situace tak velmi obtížná. Je to boj každého z nás a Vy jste jeho nedílnou součástí. Svým nasazením, ochotou pomáhat a úctou k lidskému životu, odvádíte v nemocnicích obrovský kus práce. Někteří doplňujete chybějící personál na odděleních plných těžce nemocných a pravděpodobně jste zažili mnoho kontaktů se smrtí. Jiní zase pracovali pod úrovní svých kompetencí, abyste umožnili soustředit se jiným perfektně na svůj výkon. Patří Vám velké díky a obdiv. Zároveň si ale zasloužíte pozornost.

Práce zdravotníků je službou druhým lidem a přináší s sebou nevyhnutelně psychickou a fyzickou zátěž. Někdy i vyčerpání, únavu, prožitek zmaru, bezmoci, zloby, či rezignaci. Ale také otázky po smyslu a vlastní motivaci. Se svými čerstvými profesními prožitky, otázkami, obavami, emocemi, nejistotou, ani těžkými myšlenkami, však nemusíme zůstat sami. Je naprosto v pořádku, když i profesionál někdy přijme či vyhledá podporu, nechá o sebe pečovat.

Proto jsou v resortu zdravotnictví, již v řadě nemocnic, a to na základě metodického doporučení MZ, k dispozici podpůrné týmy Systému psychosociální intervenční služby. Vaši budoucí kolegové zdravotníci tzv. peři, vyškolení v poskytování psychické podpory, ale také naši psychologové, jsou tady pro Vás. Bezplatnou profesní podporu nyní nabízíme i Vám, studentům zdravotnických oborů napříč celou Českou republikou.

Některé z Vás, pracující v nemocnicích ve ztížených podmínkách, osloví v blízkých dnech Vaši učitelé odborné praxe. Sdělí Vám informaci, že dle nastavených kritérií spadáte do skupiny, u které bude taková podpora poskytnuta automaticky. V takovém případě se prosím neobávejte. V rámci malé skupinky pěti nebo šesti studentů, se s Vámi sejdou naši pracovníci a budou se věnovat Vaším potřebám, zpracování nadlimitní psychické zátěže, jíž jste byli vystaveni. Možná bude také individuální podpora, pokud si ji budete přát.

Vy, kteří nebudete vyzváni k účasti na organizovaném setkání, si o podporu můžete říci jednoduše sami.

Můžete ji využít po náročná službě či praxi, zasáhla-li Vás smrt mladého pacienta, či více zemřelých za sebou, po kontaktu s pozůstalými, konfliktu s pacientem... cítíte-li bezmoc, ohrožení, marnost či zlost, své selhání, profesní únavu, frustraci... nebo je-li toho všeho na Vás zkrátka už moc. Prostě kdykoliv, potřebujete-li s někým mluvit, vnímat zájem, pomoci s hledáním odpovědí na své otázky, či chcete jednoduše odhodit kus toho těžkého ze sebe pryč.

Jak na to?

Úplně jednoduše. Využít můžete peery Systému psychosociální intervenční služby – kontakty na naše koordinátory naleznete zde:

<http://www.spis.cloud/wp-content/uploads/2021/03/kontakty-koordinatori.pdf>

Pomohou Vám vybrat vhodného peera pro Vás.

Plně k dispozici je Vám rovněž resortní

Linka kolegiální podpory – tel.: 530 33 11 22

Dostupná je nepřetržitě, volejte kdykoliv. Pracovníci na ni jsou zkušenými zdravotníky, rozumí našemu řemeslu a jsou zároveň odborně připraveni k poskytování telefonické kolegiální podpory. Linka je zcela anonymní, leták a informace k ní naleznete v příloze.

Nezapomeňte:

**S obtížnou situací, prožitkem, ani pochybnostmi
nemusíte zůstat sami!**



PhDr. Lukáš Humpl
garant SPIS ČR