

RAZISKOVALNA NALOGA

Zala Bertalanič, 9. b

OSNOVNA ŠOLA SVETI JURIJ
SVETI JURIJ 13

VLOGA GASILCEV IN NJIHOVO DOŽIVLJANJE OB NUDENJU POMOČI V POPLAVAH AVGUSTA 2023



(Vir: iz osebnega arhiva)

Raziskovalno področje: druga področja

Avtorica: Zala Bertalanič, 9. b

Mentorica: Anita Fartek, univ. dipl. psih.

Sveti Jurij, april 2024

ZAHVALA

Za pomoč in sodelovanje se zahvaljujem:

- mentorici Aniti Fartek za nasvete in spodbudo;
- anketiranim gasilcem, da so si vzeli čas in izpolnili anketo;
- Vladimiri Bučevca za opravljen intervju;
- učiteljici slovenskega jezika za jezikovni pregled raziskovalne naloge;
- učiteljici Katarini Marič za prevod povzetka;
- učiteljici Bojani Škaper Mertelj za pomoč pri tehničnem oblikovanju raziskovalne naloge;
- ravnatelju šole, ki je finančno omogočil nastanek raziskovalne naloge.

Vsem, ki so mi na kakršenkoli način pomagali, še enkrat iskrena hvala.

VSEBINSKO KAZALO

POVZETEK	1
ABSTRACT	2
1.0 TEORETIČNI UVOD.....	3
1.1 ZGODOVINA GASILSTVA V SLOVENIJI.....	3
1.2 DELOVNE NALOGE GASILCEV.....	3
1.3 PSIHOLOŠKE STISKE IN OBLIKE POMOČI PRVIM POSREDOVALCEM	5
1.4 NARAVNE NESREČE	8
1.5 OPREDELITEV PROBLEMA IN HIPOTEZE	9
2.0 EMPIRIČNI DEL	11
2.1 VZOREC.....	11
2.2 UPORABLJENI PRIPOMOČKI, POSTOPEK ZBIRANJA IN OBDELAVE PODATKOV	11
3.0 REZULTATI.....	13
3.1 REZULTATI PRIDOBLENI S POMOČJO ANKETNEGA VPRAŠALNIKA ZA GASILCE.....	13
3.2 POVZETEK INTERVJUJA Z GASILKO VLADIMIRO BUČEVEC	28
4.0 DISKUSIJA	30
5.0 ZAKLJUČEK.....	37
6.0 LITERATURA.....	39
7.0 PRILOGI.....	40

KAZALO GRAFIKONOV

<i>Grafikon 1. Odgovori anketirancev na vprašanje: Kdo vas je spodbudil, da postanete gasilec?</i>	13
<i>Grafikon 2. Ocene anketirancev pri vprašanju: Kako pomembno se Vam zdi poslanstvo in delo gasilcev?</i>	13
<i>Grafikon 3. Ocene anketirancev pri vprašanju: Kako pogosto ste vključeni v spodaj naštete intervencije?</i>	14
<i>Grafikon 4. Ocene anketirancev pri vprašanju: Kako pogosto ste vključeni v spodaj naštete intervencije?</i>	15
<i>Grafikon 5. Odgovori anketirancev na vprašanje: Ali ste nudili pomoč ob letošnji naravni nesreči – poplavih meseca avgusta?</i>	16
<i>Grafikon 6. Odgovori anketirancev na vprašanje: Kako ste odreagirali, ko ste bili poklicani v intervencijo, da bi pomagali pomoči potrebnim ljudem v poplavih?</i>	16
<i>Grafikon 7. Odgovori anketirancev na vprašanje: Na kakšen način ste pomagali na območju poplav?</i>	17
<i>Grafikon 8. Ocene anketirancev trditve: Na intervenciji sem znal ustrezno umiriti svoja čustva.</i>	18
<i>Grafikon 9. Ocene anketirancev trditve: Nenehno sem mislil na svojo družino in sorodnike.</i>	18
<i>Grafikon 10. Ocene anketirancev trditve: Delo sem znal razdeliti med vse ljudi, ki so prišli pomagat.</i>	19
<i>Grafikon 11. Ocene anketirancev trditve: Nerač sem govoril o svojih čustvih in dogodkih, ki sem jih videl.</i>	19
<i>Grafikon 12. Ocene anketirancev trditve: Pogovarjal sem se z drugimi gasilci o svojem doživljanju.</i>	20
<i>Grafikon 13. Ocene anketirancev trditve: Doživljal sem občutke strahu in nemoči.</i>	20
<i>Grafikon 14. Ocene anketirancev trditve: Prizadele so me stiske ljudi, ki sem jih videl.</i>	21
<i>Grafikon 15. Ocene anketirancev trditve: Zvečer pred spanjem sem podoživljal dogajanje (v mislih videl konkretne prizore ...).</i>	21
<i>Grafikon 16. Ocene anketirancev trditve: Zase sem poiskal psihološko pomoč, ko sem čutil, da jo potrebujem.</i>	22
<i>Grafikon 17. Ocene anketirancev trditve: Bil sem zadovoljen, da lahko pomagam ljudem v stiski.</i>	22

Grafikon 18. Ocene anketirancev trditve: <i>Čutil sem močno povezanost in dobro sodelovanje med vsemi gasilci.</i>	23
Grafikon 19. Ocene anketirancev trditve: <i>Ljudje, ki smo jim pomagali, so bili zelo hvaležni.</i>	23
Grafikon 20. Ocene anketirancev trditve: <i>Ljudje so odreagirali z jezo.</i>	24
Grafikon 21. Ocene anketirancev trditve: <i>S svojimi najbližjimi sem se pogovarjal o dogajanju na terenu.</i>	24
Grafikon 22. Odgovori anketirancev na vprašanje: <i>Za čigavo varnost Vas je med intervencijo najbolj skrbelo?</i>	25
Grafikon 23. Odgovori anketirancev na vprašanje: <i>Menite, da ste dovolj izobraženi in usposobljeni na področju gasilstva za nudenje pomoči ob takšnih nesrečah?</i>	25
Grafikon 24. Odgovori anketirancev na vprašanje: <i>Ali menite, da imate dovolj psihološkega znanja za nudenje pomoči v nesrečah in drugih kriznih dogodkih?</i>	26
Grafikon 25. Odgovori anketirancev na vprašanje: <i>Ali ste bili deležni kakšne psihosocialne pomoči (npr. razbremenilnih pogovorov ...) po nudenju pomoči ljudem v poplavih?</i>	26
Grafikon 26. Odgovori anketirancev na vprašanje: <i>Ali menite, da tudi gasilci potrebujejo psihosocialno pomoč po nesrečah in v drugih kriznih dogodkih?</i>	27

KAZALO TABEL

Tabela 1. Prikaz izračunanih povprečij pogostosti nudenja pomoči v posameznih intervencijah	14
Tabela 2. Prikaz izračunanih povprečij pogostosti nudenja pomoči v posameznih intervencijah	15

POVZETEK

Gasilstvo je v Sloveniji organizirano kot obvezna javna lokalna služba, katere opravljanje zagotavljajo lokalne skupnosti in država. Je humanitarna dejavnost, ki je za prizadete in ogrožene ljudi in živali brezplačna. Menim, da je gasilstvo ena izmed najpomembnejših organizacij v Sloveniji, saj gasilci rešujejo stiske in celo življenja ter pomagajo posameznikom in celotni skupnosti na različnih področjih. Gasilci so ljudem v stiski priskočili na pomoč tudi v hudih poplavah, ki so meseca avgusta 2023 prizadele veliko krajev v naši državi.

Da bi podrobneje raziskala vlogo gasilcev in njihovo doživljanje ob nujenju pomoči v poplavah meseca avgusta 2023, sem se odločila pripraviti raziskovalno nalogo na to temo. Pripravila sem anketni vprašalnik za gasilce. Anketni vprašalnik je izpolnilo 646 anketiranih gasilcev. Anketiranci so bili iz vseh slovenskih regij. Izvedla sem tudi intervju z gasilko Vladimiro Bučevcem, prostovoljno gasilko iz PGD Kamnik.

Rezultati raziskovalne naloge so pokazali, da so vsi anketirani gasilci mnenja, da je njihovo poslanstvo in delo pomembno. Izvedla sem, da so v poplavah meseca avgusta 2023 pomagali na različne načine, najpogosteje so črpali vodo iz hiš ter čistili ceste in poti. Večina anketiranih gasilcev je med intervencijo znala ustrezno umiriti svoja čustva, čeprav so večino od njih prizadele stiske ljudi. Okrog 70 % anketiranih gasilcev se je o svojem takratnem doživljanju pogovarjalo z drugimi gasilci in s svojimi najbližjimi. Presenetil me je rezultat, da kar 80 % anketiranih gasilcev zase nikoli ni poiskalo psihološke pomoči, čeprav so čutili, da jo potrebujejo. Rezultati so pokazali tudi, da velika večina (92 %) anketiranih gasilcev meni, da gasilci potrebujejo psihosocialno pomoč po nesrečah in drugih kriznih dogodkih, vendar je take oblike pomoči bilo deležnih v tem primeru le 8 % anketiranih gasilcev. Velika večina od njih pa je bila zadovoljna, da so lahko pomagali ljudem v stiski in tudi čutili hvaležnost ljudi.

Z raziskovalno nalogo sem ugotovila, da so bili gasilci med nujenjem pomoči v poplavah zelo obremenjeni, kar je potrdila tudi intervjuvanka, ki je izvajala razbremenilne pogovore in delovala kot gasilska zaupnica. Menim, da je pomembno, da se o psihosocialni pomoči več pogovarjamo in da se ne smemo sramovati zaprositi tovrstno obliko pomoči, če ocenimo, da jo potrebujemo. Delo in poslanstvo gasilcev je potrebno ceniti in spoštovati, saj se število naravnih nesreč v zadnjih letih povečuje in pomoč gasilcev pogosto potrebujemo.

ABSTRACT

Firefighting in Slovenia is organized as a mandatory public local service provided by local communities and the state. It is a humanitarian activity that is free of charge for the affected and endangered people and animals. I believe that firefighting is one of the most important organizations in Slovenia, as firefighters resolve hardship and even save lives, they assist individuals and entire communities in various areas. Firefighters came to help people in distress during severe floods that affected many areas in our country in August 2023.

To further explore the role of firefighters and their experiences at their help during the August 2023 floods, I decided to prepare a questionnaire on this topic. I prepared one for firefighters. The questionnaire was completed by 646 respondent firefighters from all Slovenian regions. In addition to the survey, I also included an interview with firefighter Vladimira Bučvec, a volunteer firefighter from the Kamnik Firefighter Department.

The results of my research paper showed that all surveyed firefighters believe that their mission and work are important. I found out that during the floods in August 2023, they helped in various ways. In most cases they pumped water out of houses and cleaned roads and paths. Most respondent firefighters were able to appropriately manage their emotions during the intervention, even though the distress of people affected most of them. Around 70% of respondent firefighters discussed their experiences at the time with other firefighters and their closest ones. I was surprised by the result that 80% of surveyed firefighters never sought psychological help for themselves, even though they felt they needed it. However, the results also showed that the majority (92%) of surveyed firefighters believe that firefighters need psychosocial support after accidents and other crisis events, but only 8% of respondent firefighters received such assistance in this case. However, most of them were satisfied that they could help people in distress and felt the gratitude of people.

Through my research paper, I found that firefighters were very burdened while offering help during the floods, which was also confirmed by my interviewee, who conducted relief talks and acted as a firefighter counsellor. I believe it is important to talk more about psychosocial support and not to be ashamed to request this form of assistance, if we feel we need it. The work and mission of firefighters need to be appreciated and respected, as the number of natural disasters has been increasing in recent years, and the assistance of firefighters is often needed.

Sem Zala, učenka 9. razreda OŠ Sveti Jurij. Sem tudi prostovoljna gasilka, tako kot cela moja družina. Nedavna naravna katastrofa – poplave, ki so meseca avgusta 2023 doletele veliko krajev naše države, so se dotaknile vseh nas. V tej stiski je ljudem na poplavljenih območjih na pomoč priskočilo veliko ljudi, med njimi tudi gasilci. Pripovedovanje mojega očeta o dogajanju in njegovo doživljanje intervencij je vzbudilo moj interes. Tako želim v sklopu raziskovalne naloge pozornost posvetiti gasilcem, njihovem delu in doživljanju ob pomoči v poplavah. Želim raziskati, na kakšen način so gasilci pomagali, kakšni so bili odzivi ljudi in predvsem njihovo lastno doživljanje ob tem.

1.0 TEORETIČNI UVOD

V teoretičnem uvodu bom predstavila zgodovino gasilstva v Slovenije, naloge in izzive, s katerimi se srečujejo gasilci, katere so najpogostejše naravne katastrofe ter kako pravilno poskrbeti za prve reševalce v naravnih nesrečah in travmatičnih dogodkih.

1.1 ZGODOVINA GASILSTVA V SLOVENIJI

Nastanek prvih gasilskih društev v Sloveniji sega v 19. stoletje, ko so se najprej ustanovila najstarejša gasilska društva, tako imenovane »požarne brambe« na Kranjskem in Primorskem (pretežno slovenske) ter na Štajerskem in Koroškem (nemške). Prva slovenska gasilska društva so nastala v Metliki, Ljubljani, na Ptuj in v Laškem. Vzrok za nastanek gasilskih društev so bili manjši ali večji požari, pri katerih so bili ljudje nemočni. Do leta 1881 je bilo na Slovenskem ustanovljenih 39 gasilskih društev, do leta 1914 pa več kot 380 (<https://gasilec.net/zgodovina/>).

1. julija leta 1919 je bila v Ljubljani ustanovljena Jugoslovanska gasilska zveza Ljubljana (JGZ), ki je delovala vse do 2. svetovne vojne. Gasilstvo je v času 2. svetovne vojne bilo zelo oteženo, omejeno in marsikje prekinjeno. Po vojni je bila 2. oktobra 1949 ustanovljena Gasilska zveza LR Slovenije, katere predsednik je bil Matevž Hace, po katerem se dandanes imenuje najvišje gasilsko priznanje v Sloveniji. Prva gasilska šola pa je bila leta 1950 ustanovljena v Žireh in je gasilce izobraževala za čin gasilski častnik (Tomat, 2014).

1.2 DELOVNE NALOGE GASILCEV

Poznamo poklicne gasile in gasilce, ki gasilstvo opravljajo kot prostovoljno delo. Tako prvi kot drugi opravljajo enake temeljne naloge gasilcev, pri čemer poklicni gasilci to opravljajo kot svoj poklic in druge zaposlitve nimajo. Prostovoljni gasilci pa se z gasilstvom ukvarjajo v svojem prostem času, saj imajo po navadi še druge zaposlitve. Prostovoljno gasilstvo je dejavnost, s katero se v Sloveniji prej ali slej sreča vsak, še zlasti je prostovoljno gasilstvo prisotno na podeželju.

Večina ljudi naloge gasilcev povezuje z njihovo temeljno nalogo, tj. gašenjem požarov, vendar je le-to le ena od raznovrstnih delovnih nalog gasilcev. Druge delovne naloge gasilcev so:

- reševanje ljudi in premoženja ob naravnih in drugih nesrečah,
- usposabljanje ljudi za varstvo pred požarom in gašenje,

- vzdrževanje in servisiranje gasilske tehnike ter gasilskih vozil, servisiranje gasilnih aparatov in orodja,
- stalno spremljanje razvoja gasilske opreme in gasilnih sredstev,
- svetovanje glede požarne zaščite in izdelovanje požarno-varnostnih načrtov,
- izvajanje meritev vodovodnega omrežja,
- izvajanje gasilske straže ob požarno nevarnih dneh oziroma na požarno nevarnih območjih ter
- redno usposabljanje za dobro opravljanje delovnih nalog (povzeto po www.mojaizbira.si).

Gasilci so v pripravljenosti 24 ur na dan. Pogosto so gasilci tudi prvi, ki pomagajo in posredujejo na kraju nesreče. Ravno gasilci poskrbijo, da ne pride do eksplozije ali požara ter pomagajo udeležencem v prometni nesreči priti iz vozila, če so v njem ukleščeni. V takih situacijah so močno odvisni drug od drugega, zato se od njih pričakuje tudi skupinski duh in disciplina. Do ljudi morajo delovati pomirjujoče, poskušajo vzpostaviti zaupljiv odnos, znajo poiskati možne rešitve težav in poznajo način komunikacije z ljudmi v izrednih situacijah (www.mojaizbira.si).

Gasilec pri svojem delu uporablja raznovrstno zaščitno in reševalno opremo. Pred odhodom na intervencijo si nadene zaščitno obleko, gasilske škornje ter gasilsko čelado, v zadimljene prostore pa vstopa z aparatom na stisnjen zrak. Pri nesrečah z nevarnimi snovmi delavec uporablja posebno detekcijsko opremo. Pogosto je tudi treba reševati in gasiti v višjih nadstropjih stavb, pri čemer si gasilci pomagajo s prenosnimi in avtomehanskimi lestvami in z zgibnimi ploščadmi na posebnih gasilskih vozilih. Pri svojem delu in reševanju se gasilci izpostavljajo številnim nevarnostim ter ogrožajo svoja življenja, zato je to spoštovanja vreden poklic in spoštovanja vredno prostovoljno delo (www.mojaizbira.si).

Pomembna je tudi dobra organiziranost gasilcev znotraj gasilskih društev. Zaradi dobre organiziranosti ima tudi vsako gasilsko društvo določene tehnike, s katerimi se uspešno spopadajo z različnimi težavami. Zelo pomembno je, da ima gasilsko društvo kvalitetno opremo in pripomočke, saj le na ta način lahko priskočijo na pomoč osebam, ki to potrebujejo. Obstajata dve vrsti gasilske opreme, ki ju ima vsako gasilsko društvo, in sicer osebna varovalna oprema, ki je namenjena zaščiti gasilcev, ter skupna varovalna oprema, ki je namenjena vsem ostalim udeležencem v nesreči. Pod skupno varovalno opremo spadajo: komplet varovalne opreme za delo na višini, protivrezne hlačnice, zaščitni ribiški škornji, izolirni dihalni aparat, reševalne vrvi, zaščitni enodelni kombinezon, zaščitne rokavice ter še mnogo drugih (www.bohinj-park-hotel.si/gasilsko-drustvo-drustvo-ki-je-vredno-vseh-pohval).

Med intervencijo so možne različne poškodbe, kot so: opekline, zlomi, odrgnine, vrezi, udarnine, zastrupitve, padci ..., zato pri opravljanju gasilske službe gasilci morajo paziti na pravilno uporabo zaščitnih oblačil in opreme. Nevarnost poškodb zmanjša dobra izurjenost in usposobljenost ter pravilno vodenje intervencij. Pri vstopanju v notranje prostore je obvezna uporaba izolirnih dihalnih aparatov, prav tako pri gašenju kemičnih snovi, saj so lahko te tudi smrtno nevarne. Ob prometnih nesrečah so gasilci priča tudi zelo dramatičnim prizorom, zato potrebujejo tudi psihološko podporo in obravnavo (www.mojaizbira.si).

1.3 PSIHOLOŠKE STISKE IN OBLIKE POMOČI PRVIM POSREDOVALCEM

Uvodoma bom opredelila temeljne pojme, ki jih povezujemo s psihološkimi stiskami, to so: kriza, stres ter travmatski dogodki. V nadaljevanju pa oblike psihološke pomoči prvim posredovalcem, ko so izpostavljeni različnim kriznim, stresnim in travmatskim dogodkom.

Beseda **kriza** pomeni prelomnico, ko naše izkušnje in načini odziva niso več ustrezni, da bi se lahko uspešno spopadli z novo situacijo. V krizi praviloma čutimo negotovost, dvome, smo zaskrbljeni, nas je strah in lahko vsaj za kratek čas izgubimo nadzor nad položajem. Takšni odzivi so normalni in navadno postopoma izzvenijo (Lavrič in Štirn, 2016: 16).

Poznamo razvojno in travmatsko krizo. **Razvojne krize** so odzivi, ki se lahko pojavijo v različnih življenjskih obdobjih oziroma v različnih fazah, kot so: puberteta, menopavza, upokožitev in staranje. **Travmatsko krizo** pa povzroči nenaden dogodek, na katerega nismo pripravljeni. Lahko gre za večjo ali manjšo nesrečo, v kateri smo neposredno udeleženi ali smo ji priča, npr. prometne nesreče, požari, potresi, utopitve ipd. Lahko gre tudi za grožnje ali nasilje, katerega žrtve smo mi ali naši bližnji (Lavrič in Štirn, 2016: 16).

Ljudje smo si različni in tako se tudi v krizi odzovemo na različne načine. Za to obstajata dva glavna vzroka. Prvi je povezan s tem, da imamo ljudje na voljo različne **zunanje vire podpore**, ki nam pomagajo, da se s krizo spopademo, kot so: družina, prijatelji, delo, materialne dobrine. Drugi vzrok pa je povezan s tem, da so nam na voljo tudi različni **notranji viri moči**. To so zaupanje vase, dobra samopodoba, pozitivna naravnost oz. pozitiven pogled na življenje ... Človek, ki ima dobre notranje vire moči, običajno lažje sprejme spremembe, ki jih je prinesla kriza (Lavrič in Štirn, 2016: 16).

Stres večinoma povezujemo z negativnimi okoliščinami in posledicami. Pojavi se, ko je nekaj, kar nam je pomembno, ogroženo. Gre za naš miselni, čustveni, telesni in vedenjski odziv na stresorje – dogodke, odnose, okoliščine in spremembe. Na eni strani nas stres spodbudi k večji učinkovitosti, k temu, da se učimo in napredujemo. Po drugi strani pa so posledice lahko različne težave, bolezni ipd.

Stresorji so različni, od dnevnih (gost promet na poti v službo ali iz nje, domača opravila, odnosi z družinskimi člani, zahteve in pritiski v službi) do pomembnejših dogodkov in sprememb. Gre za fizične, biološke, psihološke in psihosocialne dejavnike, ki so lahko pozitivni (austresorji) in negativni (distresorji). Stresorji sami po sebi ne pomenijo stresa, pomembno je samo, kako jih vidimo, razumemo in doživljamo. Tako je stres povezan s tem, kako po eni strani zaznavamo in presojamo zahteve, pritiske iz okolja in spremembe, ter kakšne so po drugi strani naše sposobnosti in zmožnosti za izpolnitev postavljenih zahtev. Na naše doživljanje in odzive v stresnih situacijah vplivajo: osebne lastnosti, demografske značilnosti (spol, starost itd.), zdravstveno stanje, družinske in gospodarske razmere, kakovost življenja (prehrana, prosti čas ...). Pomembne so tudi naše izkušnje in prepričanja (Lavrič in Štirn, 2016: 16–17).

Travmatski dogodek je dogodek oz. situacija, v kateri posameznik doživi grožnjo za svoje življenje in varnost ali za življenje in varnost drugih ljudi. Ob tem doživlja močna čustva, ga je strah, čuti, da je nemočen in ranljiv. Za njih je značilno, da so negativni, nepredvidljivi in nenadni in jih je težko ali jih ni mogoče nadzorovati. Lahko so različni: hujše nesreče (v

prometu, pri delu, v športu ipd.), naravne nesreče, kazniva dejanja (različna nasilja, ugrabitev, zloraba otrok ipd.), smrt ljubljene osebe, hude bolezni, težki zdravstveni posegi, različne druge nenadne spremembe v človekovem življenju ali vojne. Ti dogodki vsaj za kratek čas bolj ali manj porušijo naše psihološko, telesno in socialno ravnesje, občutek varnosti, zaupanje itn. Odzivu na travmatski dogodek pravimo **travmatski stres** (Lavrič in Štirn, 2016: 18).

Travmatskemu dogodku so pogosto izpostavljeni zaposleni v nekaterih poklicih. Takšne poklice opravljajo na primer gasilci, policisti, strokovnjaki za neeksplozivna ubojna sredstva in drugi. Z njimi se srečujejo tudi reševalci, kot so potapljači, jamarji, kinologi, gorski reševalci in drugi prostovoljci (Lavrič in Štirn, 2016: 90).

Naravne in druge nesreče vplivajo na žrtve nesreč, njihove družine, prijatelje, opazovalce in tudi na reševalce. Pri reševanju doživijo stres tudi reševalci, vendar ga lahko ustrezno obvladajo na različne načine. Najprej ga lahko reševalci poskusijo sami uspešno rešiti, nekateri travmatični dogodki pa presegajo njihove zmožnosti, zato morajo poiskati pomoč drugje (Lavrič in Štirn, 2016: 91). V takih primerih je pomembna psihološka ali psihosocialna podpora in pomoč.

Psihosocialna podpora oz. pomoč je čustvena in praktična pomoč, ki po travmatskem dogodku ali kakršnikoli drugi krizni situaciji pomaga posameznikom in skupinam k normalizaciji socialnega, družinskega in individualnega psihosocialnega delovanja. Pri načrtovanju in nujenju psihosocialne podpore je pomembno upoštevati dejstvo, da večina posameznikov z izkušnjo kriznih dogodkov ne potrebuje posebne strokovne pomoči (psihološke, psihiatrične ...), sploh pa ne dolgoročno. Drugo pomembno dejstvo je, da je eden najpomembnejših virov psihosocialne podpore udeleženi v kriznih dogodkih njihova podpora socialna mreža (Seynaeve, 2001; povzeto po <http://www.dps.si>).

Ključni koraki prve psihološke pomoči so:

- kontakt,
- varnost in zaupanje,
- stabilizacija (če je potrebno),
- zbiranje informacij o aktualnih potrebah in skrbih,
- povezovanje s socialno podporno mrežo,
- informacije glede možnih posledic kriznega dogodka/razmer in obvladovanja težav,
- praktična pomoč in podpora ter povezovanje z drugimi strokovnimi službami in storitvami ter
- skrb zase (<http://www.dps.si>).

Psihologška pomoč reševalcem temelji na **treh stopnjah pomoči**, ki se razlikujejo glede na to, kaj lahko naredi zase posameznik, kaj njegova bližnja okolica in kako mu lahko pomagajo strokovnjaki za dajanje psihologške pomoči.

Na prvi stopnji si lahko posameznik pomaga sam na več načinov, ki jih je spoznal na usposabljanjih in vajah. Tako mu pri obvladovanju stresa pomagajo znanje in veščine sproščanja, kot so na primer dihalne tehnike. Po nesrečah lahko prisluhnejo reševalcem tudi prijatelji, člani družine in drugi v njihovi socialni mreži. Pomemben vir razbremenitve so lahko različne pritočasne aktivnosti oziroma konjički.

Drugo stopnjo pomoči lahko dobi reševalec v svoji delovni organizaciji od sodelavcev ali zaupnika – sodelavca, posebej usposobljenega za izvajanje psihološke podpore. Znotraj reševalne postaje se opravi individualni ali skupinski razbremenilni pogovor.

Na naslednji **tretji stopnji** morajo reševalci poiskati pomoč zunaj delovne organizacije. Tako lahko z njimi opravi razbremenilni pogovor psiholog, po potrebi pa lahko pomoč poiščejo v zdravstvenem sistemu. Tam lahko dobijo psihološko svetovanje ali se vključijo v psihoterapijo. (Lavrič in Štirn, 2016: 91).

Na terenu med reševalno intervencijo se za sproščanje priporočajo predvsem **dihalne tehnike**, kratko postopno mišično sproščanje in samomasaža. Vaje dihanja in samomasažo lahko reševalec izvaja med reševanjem, na primer pred čakanjem na posredovanje ali med kratkimi časovnimi počitki med reševanjem, ki traja več ur. Večino teh tehnik se morajo reševalci naučiti in jih vaditi, da jih potem izvajajo pravilno. Njihov uspeh je odvisen od vztrajnosti, pri izvedbi nekaterih vaj lahko izvajalca preplavijo misli in je njegov stik z resničnostjo moten (Lavrič in Štirn, 2016: 96).

Reševalci, med njimi tudi poklicni gasilci, nekatere nesreče oziroma situacije doživljajo bolj stresne kot druge. Navajajo, da so zanje zahtevnejše nesreče, ko:

- so izpostavljeni skrajno nevarnim snovem (npr. zemeljskemu plinu);
- pride do poskusa samomora ali samomora;
- je nujno oživljanje žrtve ali rešujejo oziroma dajejo pomoč žrtvi fizičnega nasilja ali posilstva.

Še posebno so za reševalce stresni krizni dogodki, ko

- je reševalec priča smrti ali hujši poškodbi sodelavca;
- reševalec doživi hujšo poškodbo ali je bilo ogroženo njegovo življenje;
- so poškodovane ali mrtve bližnje osebe reševalca;
- so udeleženi huje poškodovani ali mrtvi otroci (povzeto po Lavrič in Štirn, 2016: 93).

Po zahtevnejših in stresnih intervencijah lahko reševalce psihološko podpirajo sodelavci znotraj delovne skupine, tako imenovani **zaupniki**. Zaupniki poskrbijo za tovariško podporo, ki temelji na pogovoru s sodelavci. Izbrani sodelavci – reševalci se pojavljajo kot dobri poslušalci, ki imajo razvite spretnosti aktivnega poslušanja in dajejo čustveno podporo, po drugi strani pa kot svetovalci z dolgoletnimi izkušnjami. Zaupniki dajejo tovariško pomoč znotraj svoje organizacije po nesrečah oziroma intervencijah, ko je na primer ogroženo življenje reševalca ali sodelavca, ko je poškodovan član reševalne ekipe, so v nesreči morda udeležene bližnje osebe reševalca ali so poškodovani otroci. Psihološko podporo dajo v obliki razbremenilnih pogovorov (Lavrič in Štirn, 2016: 111).

Zaupnik ali psiholog lahko izvede razbremenilni pogovor z reševalci, ki potrebujejo podporo individualno ali v obliki skupinskega pogovora. **Pri skupinskem razbremenilnem pogovoru** se udeležencem ponudi priložnost za izmenjavo izkušenj, da se učijo drug od drugega in občutijo, da s svojo stisko niso sami. Udeleženci dobijo podporo in potrditve za svoje delo. Udeleženci imajo možnost za čustveno razbremenitev, spodbuditi jih je treba za izvajanje prilagojenih strategij spoprijemanja s stresom, ki je posledica travmatske izkušnje.

Strukturiran pogovor poteka v štirih fazah:

1. **uvodna faza**, pri kateri gre za dogovor o zaupnosti in predstavitvi poteka pogovora;
2. **faza dejstev**, pri kateri vsi udeleženci kratko opišejo svoje delo med intervencijo;
3. **čustvena faza**, pri kateri udeleženci spregovorijo o svojem počutju, čustvih in znakih stresa;
4. **poučevalna faza in osmišljanje dogodka**, pri kateri se udeležencem na kratko predstavijo mogoči znaki in posledice stresa ter možnosti za sprostitev in uspešno obvladovanje stresa (povzeto po Lavrič in Štirn, 2016: 115).

1.4 NARAVNE NESREČE

Naravne nesreče so največkrat posledica globalnega segrevanja ozračja. Vse pogostejše se pojavljajo **poplave, hujša neurja, suše, požari** in druge naravne katastrofe, ki ogrožajo življenje ljudi in povzročajo materialno škodo. Vseh naravnih nesreč pa vendarle ne moremo pripisati podnebnim spremembam, vzroki za njihovo pojavljanje so v Zemljini notranjosti, nemalokrat pa tudi v človekovem nepremišljenem posegu v okolje (Jeršin Tomassini in Janžekovič, 2015).

Med naravne nesreče, katerih vzroki so v Zemljini notranjosti ali človekov nepremišljen poseg v okolje, prištevamo:

- potrese,
- cunamije,
- vulkanske izbruhe,
- plazove, usade in skalne podore.

V Sloveniji se vsakih nekaj let soočimo s kakšno naravno nesrečo. Največkrat se pojavljajo poplave, potresi, požari, neurja, zemeljski plazovi, snežni plazovi, žled in vročinski val. Slovenija zaradi svoje geografske lege, reliefnih značilnosti in podnebnih razmer spada med najbolj nevihtna območja v Evropi. Na območju jugozahodnega, osrednjega, severnega in severovzhodnega dela države nastane letno tudi več kot 40 neviht, ki se pojavljajo predvsem v topli polovici leta. Pogosto jih spremljajo intenzivnejši nalivi z močnim vetrom, tudi točo, ter z bliskanjem in udari strel (Jeršin Tomassini in Janžekovič, 2015).

1.4.1 POPLAVE

Poplave nastanejo predvsem ob močnem deževju kot posledica vremenskega pojava. Poplave se lahko zato zgodijo kjerkoli po svetu. Pojavijo se tudi po sušnih obdobjih, ko so tla tako izsušena, da skozi njih voda ne mora pronicati, zato se voda nabira na njih, kar povzroča poplave. Poplave lahko povzročijo tudi huda neurja, tornadi, monsuni, cikloni in taljenje snega. Katastrofalne poplave lahko povzroči tudi nenadna regulacija ali popustitev jezov. V Sloveniji poplave ogrožajo okoli 15 % površine državnega ozemlja. Polovica poplavnega območja v Sloveniji je v porečju Save (<https://oddezzjaksoncu.splet.arnes.si/naravne-nesrece/>).

Ločimo tri tipe poplav, in sicer hudourniške poplave, obalne poplave in urbane oz. nižinske poplave. V Sloveniji dodatno ločimo še poplave na kraških poljih, ki nastanejo zaradi presežka dotekajoče vode nad zmogljivostjo prevodnosti kraških podtalnih sistemov. Te vrste poplav nastopajo redno, pogosto v letnih intervalih in počasi. Voda se zadržuje več dni ali tednov in le

počasi odteka skozi kraško podzemlje (<https://vode.arso.gov.si/visfrim/blog/tipi-poplav-in-njihovi-vplivi/>).

Hudourniške poplave nastanejo kot posledica hitrega kopičenja in sproščanja odtočnih voda iz gorskih območij, ki jih lahko povzročijo močne padavine, trganje oblakov, plazovi, nenaden razpad ledu ali neuspešno izvedeni protipoplavni ukrepi. Značilen je hiter dvig vode, kateri sledi hiter padec vodne gladine. Hudourniške poplave so najpogostejše v gorskih in puščavskih območjih, vendar nevarnosti ne moremo izključiti niti drugje, kjer je teren strm, potoki tečejo v ozkih kanjonih in se pojavijo hude nevihte. So bolj uničujoče od drugih vrst poplav zaradi nepredvidljive narave; močan tok, ki prenaša velike koncentracije usedlin in naplavin, ne dopusti časa, da se ljudje pripravijo na uničujoče posledice (<https://vode.arso.gov.si/visfrim/blog/tipi-poplav-in-njihovi-vplivi/>).

Obalne poplave povzročijo cunamiji, ki so posledica močnih potresov na morju, vulkanski izbruhi, visoka plima in nevihte, ki jih povzročajo tropske depresije in cikloni. V Sloveniji so obalne poplave posledice visoke plime in neviht. Pojav nevihtnih sunkov je mogoče napovedati z napovedovanjem poti neurja. Poleg neposrednih vplivov obalnih poplav, torej uničenja premoženja in izgube življenj, je njihov dolgoročen vpliv mogoče čutiti v znatnem zmanjšanju povzročenega dohodka zaradi uničenih morskih pristanišč in letovišč ter posledično v upadu turizma (<https://vode.arso.gov.si/visfrim/blog/tipi-poplav-in-njihovi-vplivi/>).

Lokalne poplave povzroči visoka intenzivnost in trajanje padavin, lahko v monsunki sezoni, kjer je takšno podnebje, ali zaradi sezone nevihte, stanje pa poslabšajo tla, nasičena z vodo, in vse to preseže lokalne odvodne zmogljivosti. Lokalne poplave so na splošno omejene na manjša geografska območja v bližini rezervoarjev, jezer ali ribnikov (bolj kot rek), vendar so učinki poplave lahko zelo uničujoči, zlasti za prebivalce (<https://vode.arso.gov.si/visfrim/blog/tipi-poplav-in-njihovi-vplivi/>).

1.5 OPREDELITEV PROBLEMA IN HIPOTEZE

Za to raziskovalno nalogo sem se odločila, ker menim, da smo ob poplavah avgusta 2023 vsi sočustvovali z udeleženci poplav, veliko gasilcev pa je s številnimi drugimi prostovoljci neposredno priskočilo na pomoč. Sama sem tudi članica gasilskega društva, ki je aktivno pomagalo ljudem v poplavah. Z raziskovalno nalogo sem želela raziskati, na kakšen način so gasilci pomagali, kako so to doživljali, če so nudili psihološko pomoč ali bili tudi sami deležni psihološke in drugih oblik pomoči.

Zastavila sem si naslednje cilje:

- pridobiti več teoretičnega znanja o gasilstvu in nudenju pomoči ob naravnih in drugih nesrečah;
- ugotoviti, na kakšen način so gasilci pomagali na območju poplav, kako so to doživljali in ali menijo, da so dovolj izobraženi za nudenje takšne pomoči;
- ugotoviti, ali so gasilci nudili tudi psihološko pomoč ljudem v stiski in če so bili tudi sami deležni tovrstne pomoči.

Postavila sem naslednje hipoteze:

1. več kot 60 % anketiranih gasilcev ocenjuje, da je njihovo poslanstvo in delo pomembno oz. zelo pomembno in da sta najpogostejši gasilski intervenciji gašenje požarov in pomoč pri poplavih;
2. več kot 60 % anketiranih gasilcev je odšlo na intervencijo takoj ob klicu na pomoč in jih je ob tem najbolj skrbelo za ljudi, ki so jih prizadele poplave;
3. več kot 60 % anketiranih gasilcev je na intervenciji pomagalo tako, da so črpali vodo iz hiš ter dovažali pitno vodo in hrano za tamkajšnje ljudi;
4. 60 % ali več anketiranih gasilcev je znalo ustrezno umiriti svoja čustva na intervenciji, o svojem doživljanju in dogajanju na terenu so se pogovarjali z drugimi gasilci in s svojimi najbližjimi;
5. 40 % ali manj anketiranih gasilcev pogosto oziroma zelo pogosto doživlja občutke strahu in nemoči; zvečer so podoživljali dogajanje na intervencijah ter neradi govorili o svojih čustvih;
6. 70 % ali več anketiranih gasilcev meni, da so dovolj izobraženi s področja gasilstva in so na intervenciji delo znali razdeliti med ljudi, ki so prišli pomagat;
7. več kot 70 % anketiranih gasilcev je bilo zadovoljnih, da so lahko pomagali ljudem v tej stiski in čutili so močno povezanost ter dobro sodelovanje med vsem gasilci;
8. več kot 80 % anketiranih gasilcev je začutilo hvaležnost ljudi, ki so jim pomagali;
9. več kot 60 % anketiranih gasilcev meni, da imajo dovolj psihološkega znanja za nudenje pomoči v nesrečah in kriznih dogodkih ter tudi gasilci potrebujejo psihosocialno pomoč po nesrečah in kriznih dogodkih.

2.0 EMPIRIČNI DEL

2.1 VZOREC

V raziskovalno nalogo sem vključila gasilce iz celotne Slovenije. Anketni vprašalnik je izpolnilo **646 anketirancev**. Od tega jih je bilo 209 ženskega spola in 437 moškega spola. Anketo je izpolnilo 617 prostovoljnih gasilcev, 9 poklicnih gasilcev in 11 gasilcev, ki so tako prostovoljni kot tudi poklicni gasilci.

196 gasilcev je starih do 29 let, 261 gasilcev je starih od 30 do 44 let, 103 gasilci so stari od 45 do 59 let, 17 gasilcev je starih od 60 do 74 let, noben pa ni star 75 let ali več.

Anketo je izpolnilo 101 gasilcev iz osrednjeslovenske regije, 99 gasilcev iz pomurske regije, 91 gasilcev iz podravske regije, 84 gasilcev iz savinjske regije, 60 gasilcev iz gorenjske regije, 35 gasilcev iz jugovzhodne Slovenije, 34 gasilcev iz koroške regije, 25 gasilcev iz goriške regije, 16 gasilcev iz obalno-kraške regije, 14 gasilcev iz zasavske regije, 7 gasilcev iz spodnjeposavske regije ter 10 gasilcev iz notranjsko-kraške regije.

257 anketiranih gasilcev se z gasilstvom ukvarja do 15 let, 207 gasilcev se ukvarja z gasilstvom od 15 let do 25 let, 103 gasilci so v gasilstvo vključeni od 26 let do 35 let, 72 anketiranih gasilcev pa se z gasilstvom ukvarja več kot 35 let.

Izvedla sem tudi intervju z Vladimiro Bučevcem, učiteljico razrednega pouka na PŠ Zgornji Tuhinj. Vladimira Bučevcem je že več kot 45 let tudi prostovoljna gasilka v PGD Kamnik, ki je enota širšega pomena. Je visoka gasilska častnica I. stopnje. V gasilstvu se je najprej ukvarjala z gasilsko mladino, zdaj pa s članicami zvez na različnih nivojih, tudi na Gasilski zvezi Slovenije. Je operativna gasilka in zadnja leta tudi gasilska zaupnica. Bila je zelo aktivna v nujenju pomoči in podpore v poplavih avgusta 2023.

2.2 UPORABLJENI PRIPOMOČKI, POSTOPEK ZBIRANJA IN OBDELAVE PODATKOV

V raziskovalni nalogi sem uporabila kvantitativno metodo – metodo anketiranja in kvalitativno metodo – intervju. Pripravila sem anketo za gasilce in izvedla intervju z gasilko, ki je bila zelo aktivna v poplavih avgusta 2023.

Pri sestavi *Anketnega vprašalnika o nalogah in doživljanju gasilcev ob nujenju pomoči v poplavih meseca avgusta 2023* sem si pomagala s strokovno literaturo in izkušnjami naših gasilcev, ki so bili vključeni v intervencije.

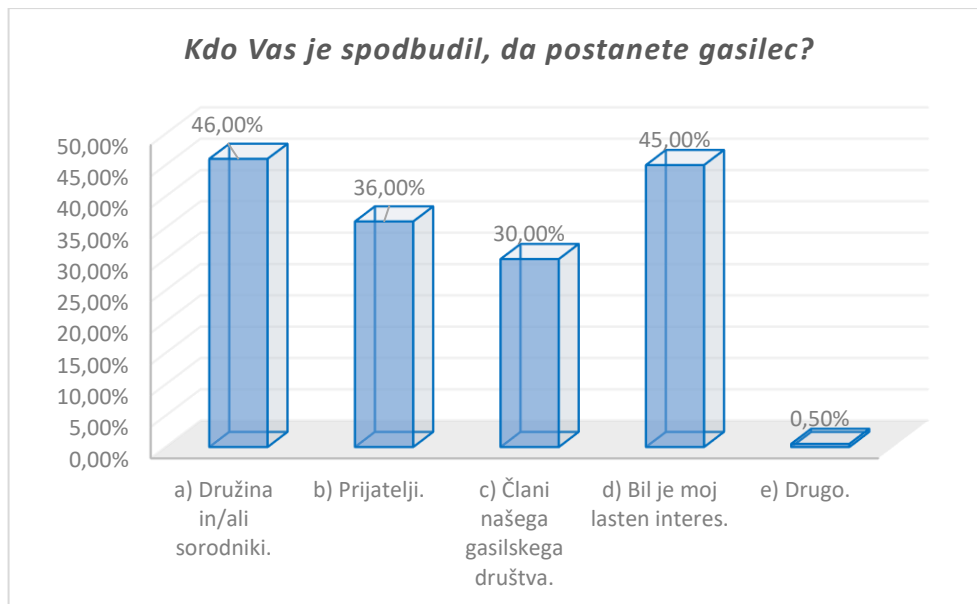
Vprašalnik vsebuje demografske podatke (spol, starost, regijo, iz katere gasilec prihaja, ter gasilsko društvo) in 12 vprašanj. Večina vprašanj je bila zaprtega tipa, dve vprašanji sta bili kombiniranega tipa (11. in 12. vprašanje). Med vprašanji zaprtega tipa sta bili dve vprašanji (3. in 6. vprašanje) v obliki trditev, pri katerih so anketiranci ocenjevali pogostost s pomočjo petstopenske ocenjevalne lestvice (od ocene 1 – nikoli do ocene 5 – zelo pogosto). Anketo sem pripravila v orodju za spletne ankete 1KA. Podatke sem zbiralala od konca oktobra do novembra

2023. Grafični prikaz rezultatov sem pripravila v programu Microsoft Excel, in sicer v januarju 2024.

Intervju z gasilko sem izvedla na daljavo s pomočjo aplikacije Zoom. Intervju sem izvedla 30. 10. 2023 v dopoldanskem času. Pri izvedbi intervjujev preko Zooma mi je pomagala mentorica, ki je bila v času intervjuju prisotna na Zoom srečanju. S soglasjem intervjuvanke sem Zoom srečanje tudi snemala in nato zapisala. Uporabljena vprašanja in zapis celotnega intervjuja se nahaja v Prilogi 2.

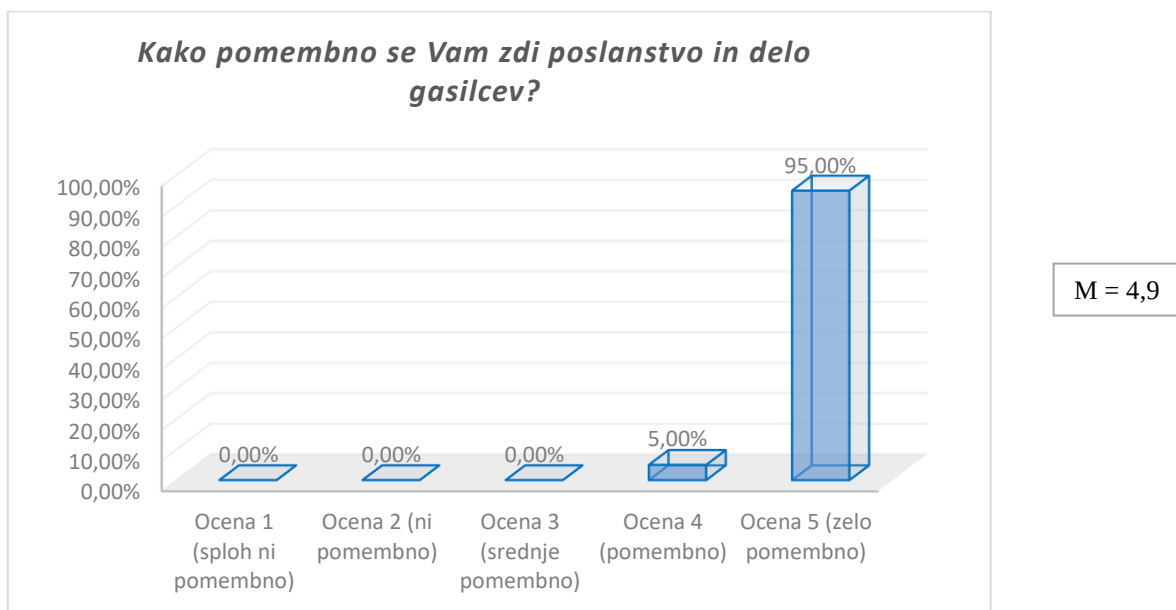
3.0 REZULTATI

3.1 REZULTATI PRIDOBLENI S POMOČJO ANKETNEGA VPRAŠALNIKA ZA GASILCE



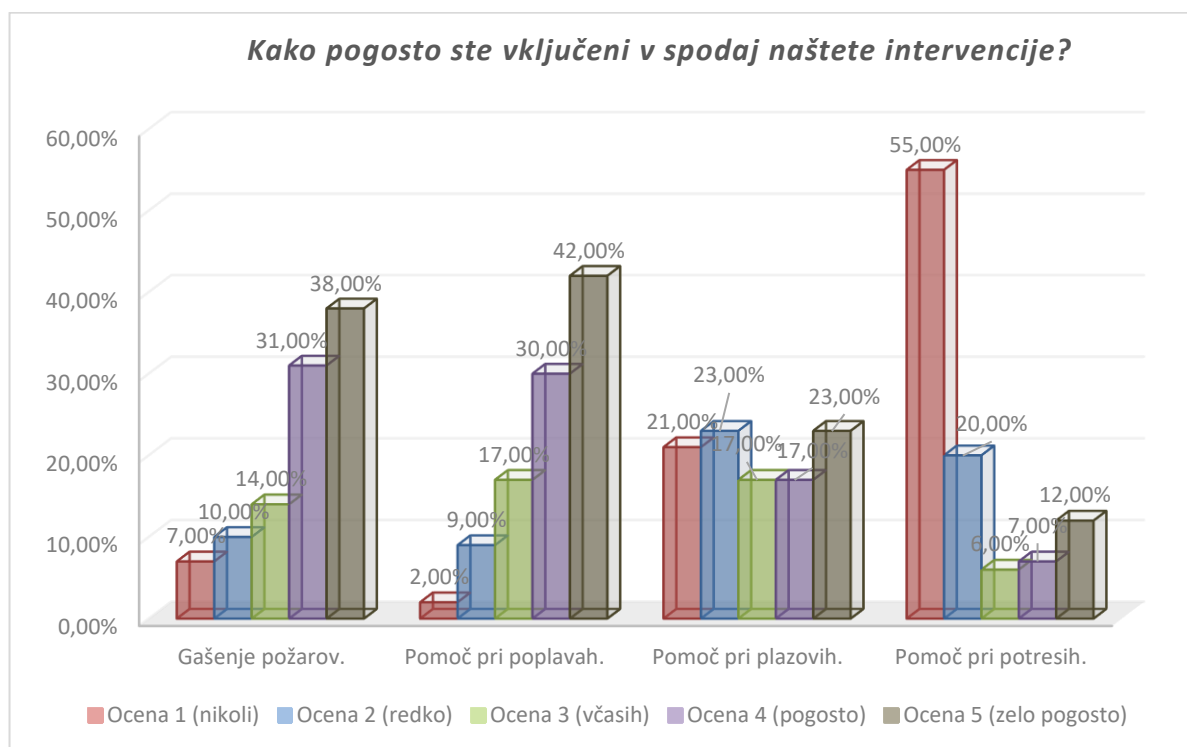
Grafikon 1. Odgovori anketirancev na vprašanje: *Kdo vas je spodbudil, da postanete gasilec?*

Dobljeni rezultati (grafikon 1) kažejo odgovore anketirancev na vprašanje, kdo jih je spodbudil, da postanejo gasilci. Največkrat izbran odgovor (46 %) je bil odgovor »družina in/ali sorodniki«, le nekoliko manj (45 %) je odgovorilo, da je bil to njihov lasten interes. Odgovor *drugo* je izbralo zelo malo anketirancev (0,5 %), zapisali so posamične odgovore, in sicer: gasilski krožek v OŠ in spodbuda sodelavke.



Grafikon 2. Ocene anketirancev pri vprašanju: *Kako pomembno se Vam zdi poslanstvo in delo gasilcev?*

Iz grafikona 2 je razvidno, da je večina anketirancev (95 %) pri vprašanju, kako pomembno se jim zdi poslanstvo in delo gasilcev, izbralo oceno 5 (zelo pomembno). Noben anketiranec pa ni izbral ocene 1 (sploh ni pomembno), ocene 2 (ni pomembno) ter ocene 3 (srednje pomembno). **Izračunano povprečje znaša 4,9.**



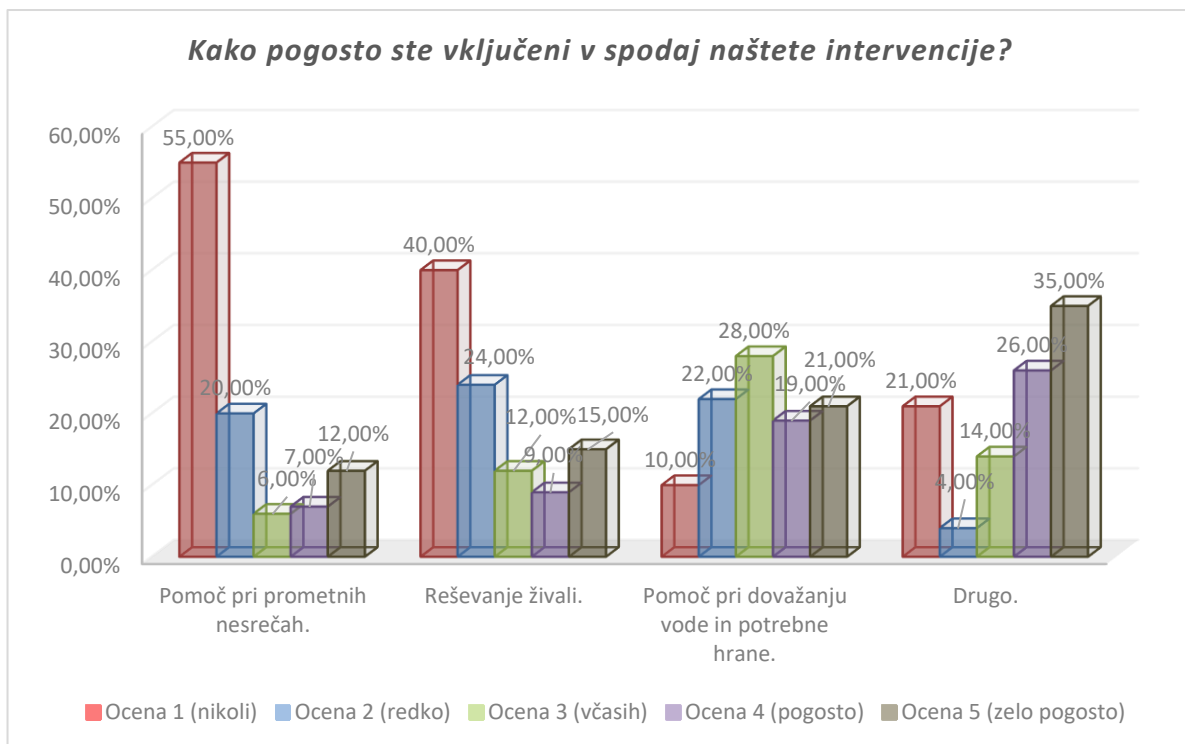
Grafikon 3. Ocene anketirancev pri vprašanju: Kako pogosto ste vključeni v spodaj našteje intervencije?

Iz rezultatov (grafikon 3) vidimo ocene anketiranih gasilcev, kako pogosto so vključeni v navedene intervencije. Ocena 5 (zelo pogosto) je bila največkrat izbrana pri pomoči pri poplavah (42 %) ter pri gašenju požarov (38 %). Oceno 1 (nikoli) je nekaj več kot polovica anketirancev (55 %) izbrala pri pomoči pri potresih.

Tabela 1. Prikaz izračunanih povprečij pogostosti nujenja pomoči v posameznih intervencijah

Vrsta intervencije	Gašenje požarov	Pomoč pri poplavah	Pomoč pri plazovih	Pomoč pri potresih
Izračunano povprečje	3,8	4,0	3,0	2,0

Iz tabele 1 vidimo, da je najvišje izračunano povprečje (4,0) pri intervenciji pomoč pri poplavah, drugo najvišje izračunano povprečje (3,8) je pri gašenju požarov.



Grafikon 4. Ocene anketirancev pri vprašanju: Kako pogosto ste vključeni v spodaj naštetе intervencije?

Iz grafikona 4 lahko razberemo, da je bila ocena 1 (nikoli) največkrat izbrana pri pomoči pri prometnih nesrečah (55 %) ter pri reševanju živali (40 %). Oceno 5 (zelo pogosto) pa je največ anketirancev (35 %) izbralo pri ponujenem odgovoru »drugo«.

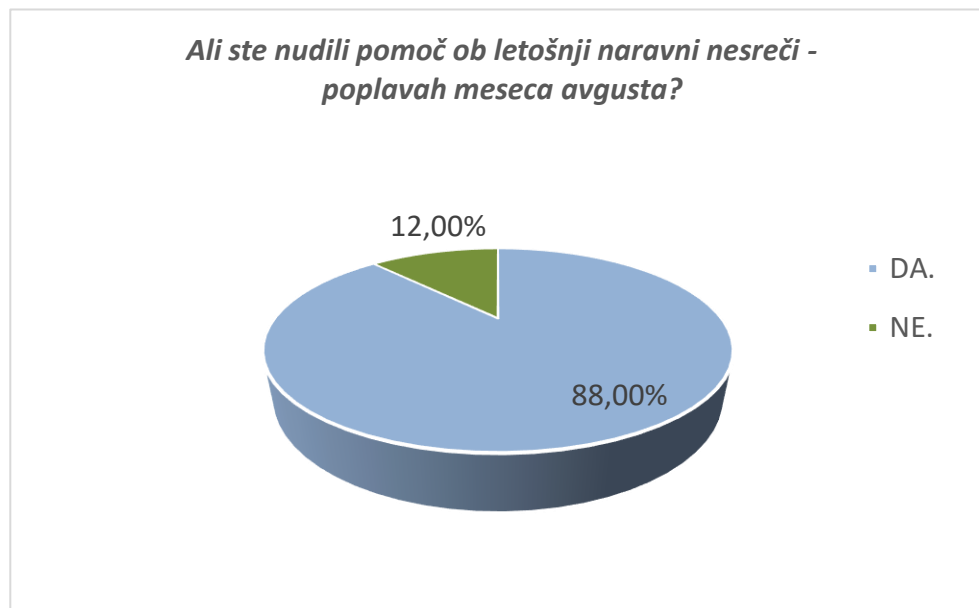
Pod »drugo« so anketiranci zapisali:

- prva pomoč (31-krat),
- tehnična pomoč: odstranjevanje sršenov, reševanje iz dvigala, prekrivanje streh, odpiranje vrat ... (20-krat),
- delo z nevarnimi snovmi (9-krat),
- vetrolom (8-krat) in druge naravne nesreče (snegolom, žled, toča, neurje) (4-krat),
- iskalne akcije (5-krat),
- pomoč/varovanje na prireditvah (5-krat),
- humanitarne akcije (3-krat),
- odstranjevanje dreves (3-krat), čistilne akcije (2-krat),
- pomoč občanom (3-krat),
- požarna straža (2-krat) in dimniški požari (1-krat),
- pomoč pri evakuaciji, reševanje iz vode in na vodi (2-krat).

Tabela 2. Prikaz izračunanih povprečij pogostosti nujenja pomoči v posameznih intervencijah

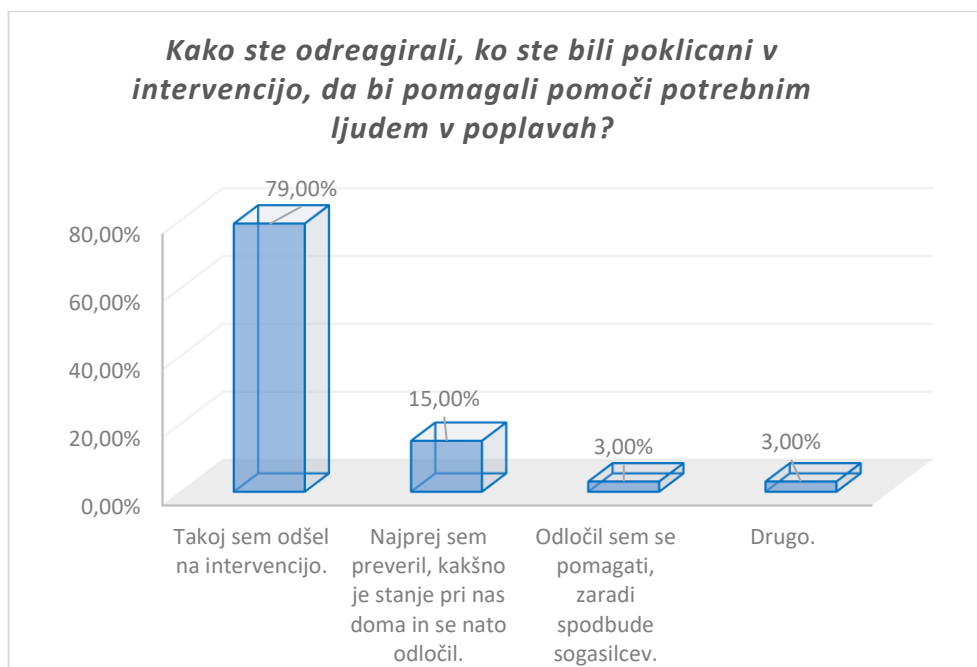
Vrsta intervencije	Pomoč pri prometnih nesrečah	Reševanje živali	Pomoč pri dovažanju vode in potrebne hrane	Drugo
Izračunano povprečje	2,3	2,7	3,2	3,5

Iz tabele 2 vidimo, da je najvišje izračunano povprečje (3,5) pri odgovoru »drugo«, najnižje (2,3) pa pri pomoči pri prometnih nesrečah.



Grafikon 5. Odgovori anketirancev na vprašanje: Ali ste nudili pomoč ob letošnji naravni nesreči – poplavih meseca avgusta?

Dobljeni rezultati (grafikon 5) kažejo, da je 88 % anketirancev nudilo pomoč v naravni nesreči – poplave meseca avgusta 2023. 12 % anketiranih je izbralo odgovor ne.



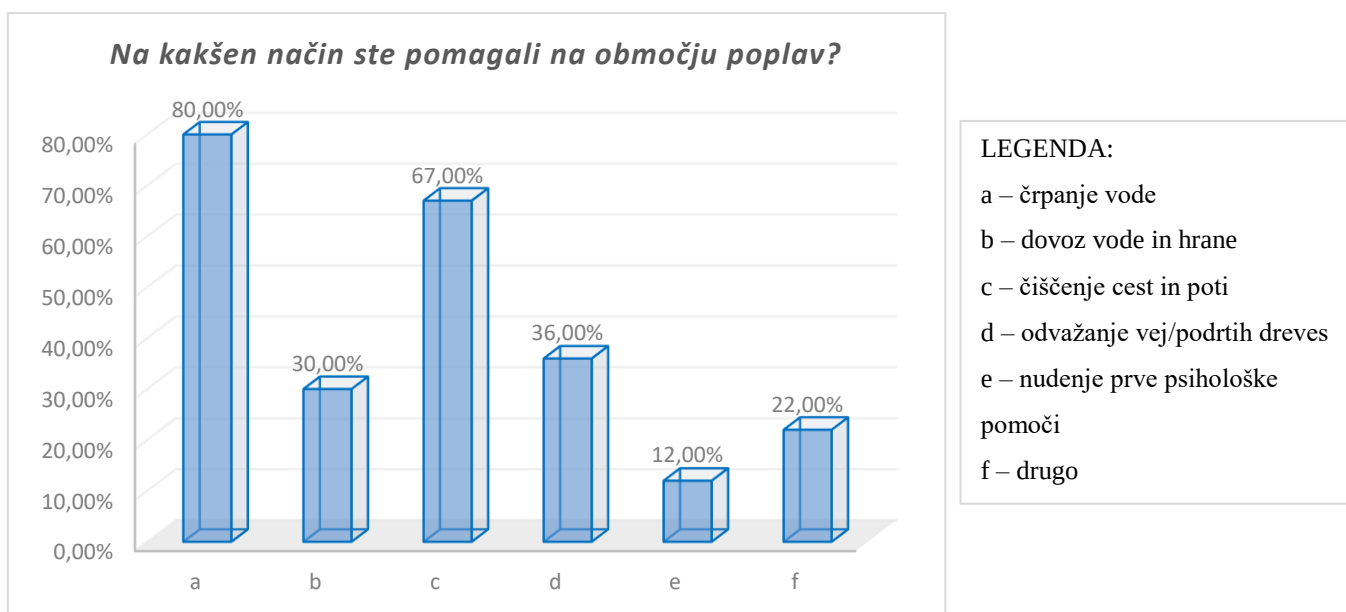
Grafikon 6. Odgovori anketirancev na vprašanje: Kako ste odreagirali, ko ste bili poklicani v intervencijo, da bi pomagali pomoči potrebnim ljudem v poplavih?

Iz grafikona 6 lahko razberemo, kako so anketiranci odgovorili na vprašanje, kako so odreagirali, ko so bili poklicani v intervencijo, da bi pomagali pomoči potrebnim ljudem v

poplavih. Najpogosteje izbran odgovor (79 %) je bil, da so takoj odšli na intervencijo. Enak odstotek anketirancev (3 %) je izbral odgovora, da so se odločili pomagati zaradi spodbude sogsilcev ter »drugo«.

Pod odgovor »drugo« so anketiranci zapisali naslednje odgovore, in sicer:

- pomagat sem šel po dogovoru (razporedu) znotraj našega gasilskega društva (3-krat);
- pomagat sem šel po dogovoru z delodajalcem (2-krat);
- prekinil sem dopust in šel pomagat (2-krat),
- denarna in materialna pomoč (1-krat);
- ko sem ugotovil, da je stanje resno, sem šel pomagat (1-krat);
- pomagal sem takoj po vrnitvi z morja (1-krat),
- pomagal sem že en dan prej (1-krat).



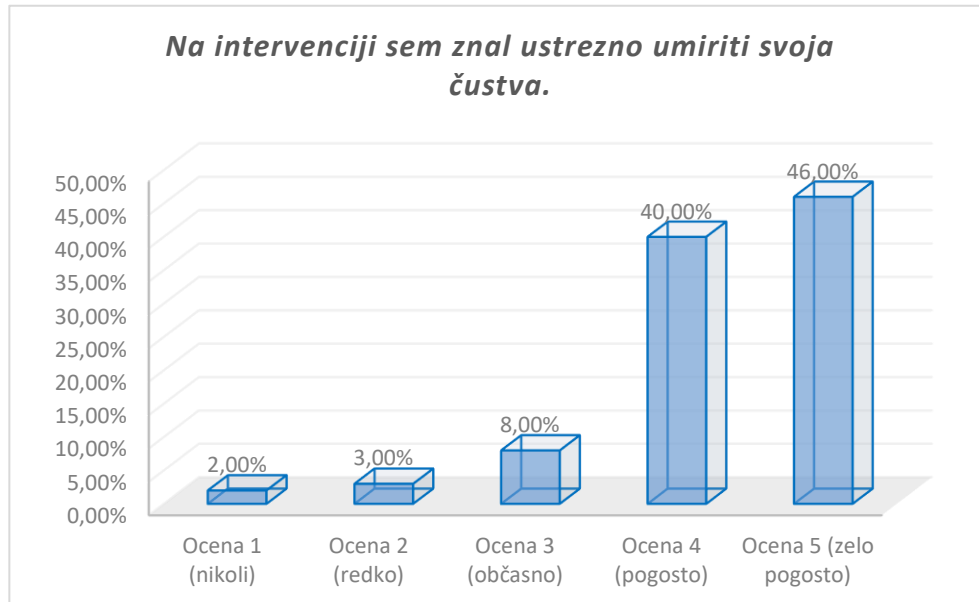
Grafikon 7. Odgovori anketirancev na vprašanje: *Na kakšen način ste pomagali na območju poplav?*

Dobljeni rezultati grafikona 7 kažejo, da je kar 80 % anketirancev pomagalo s črpanjem vode iz poplavljenih hiš in da je 67 % anketirancev čistilo ceste in poti. Najmanj anketiranih gasilcev (12 %) je nudilo prvo psihološko pomoč (ljudem in drugim gasilcem).

Odgovor »drugo« je izbralo 22 % anketirancev. Zapisali so različne načine pomoči:

- vodenje/organiziranje enot (24-krat),
- čiščenje tovarn ali hiš (24-krat),
- polnjenje protipoplavnih vreč in delanje protipoplavnih nasipov (17-krat),
- čiščenje/odvažanje/odstranjevanje mulja in blata (16-krat),
- koordinacija in logistika (13-krat),
- reševanje/evakuacija ljudi (11-krat),
- delo v štabu (10-krat),
- pomoč na letališčih (3-krat),
- denarna pomoč (2-krat),

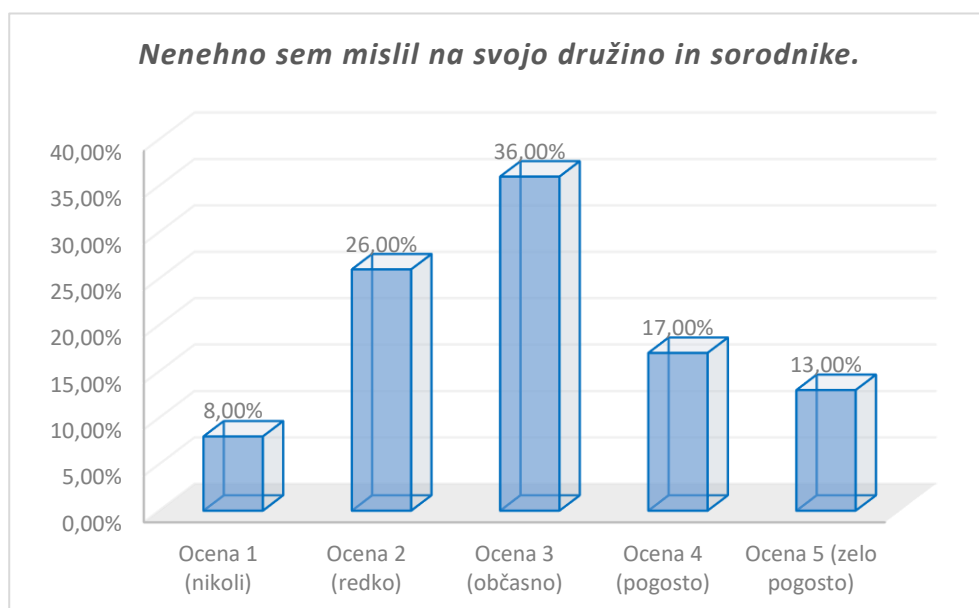
- sanacija plazov (2-krat)
- usmerjanje prometa (2-krat),
- črpanje nevarnih razlitih snovi (2-krat),
- sušenje in pranje gasilske opreme (1-krat).



M = 4,3

Grafikon 8. Ocene anketirancev trditve: *Na intervenciji sem znal ustrezno umiriti svoja čustva.*

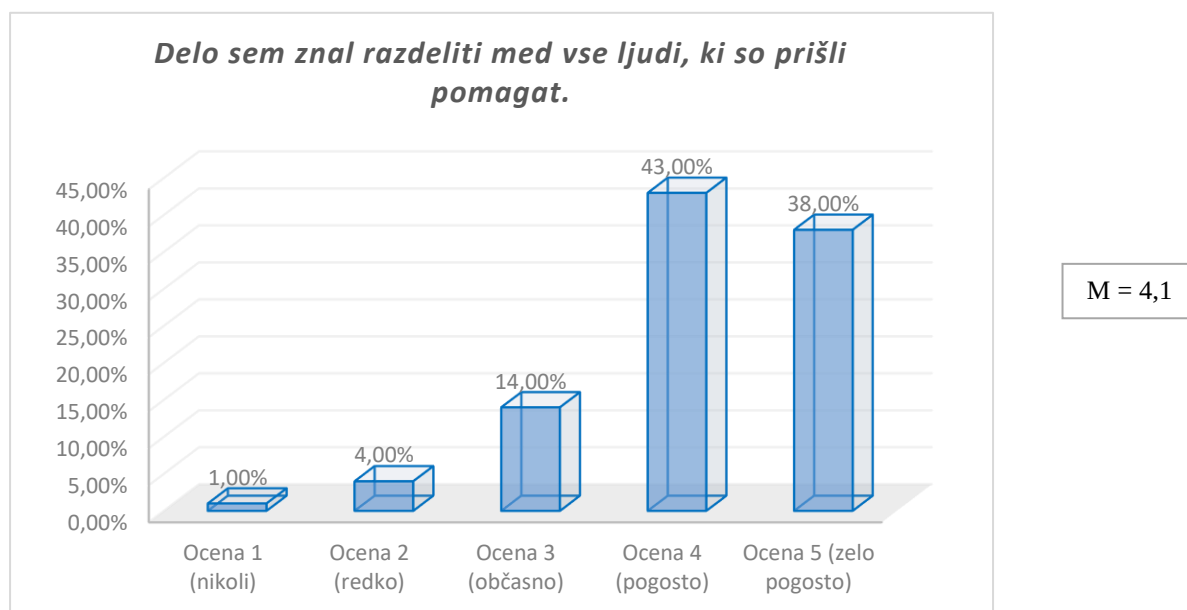
Iz prikazanega grafikona 8 so razvidne ocene anketirancev trditve, da so na intervenciji znali ustrezno umiriti svoja čustva. Skoraj polovica anketiranih (46 %) je izbralo oceno 5 (zelo pogosto), nekoliko manj (40 %) pa oceno 4 (pogosto). 5 % anketiranih je izbralo oceni 1 (nikoli) ter 2 (redko). **Izračunano povprečje znaša 4,3.**



M = 3,0

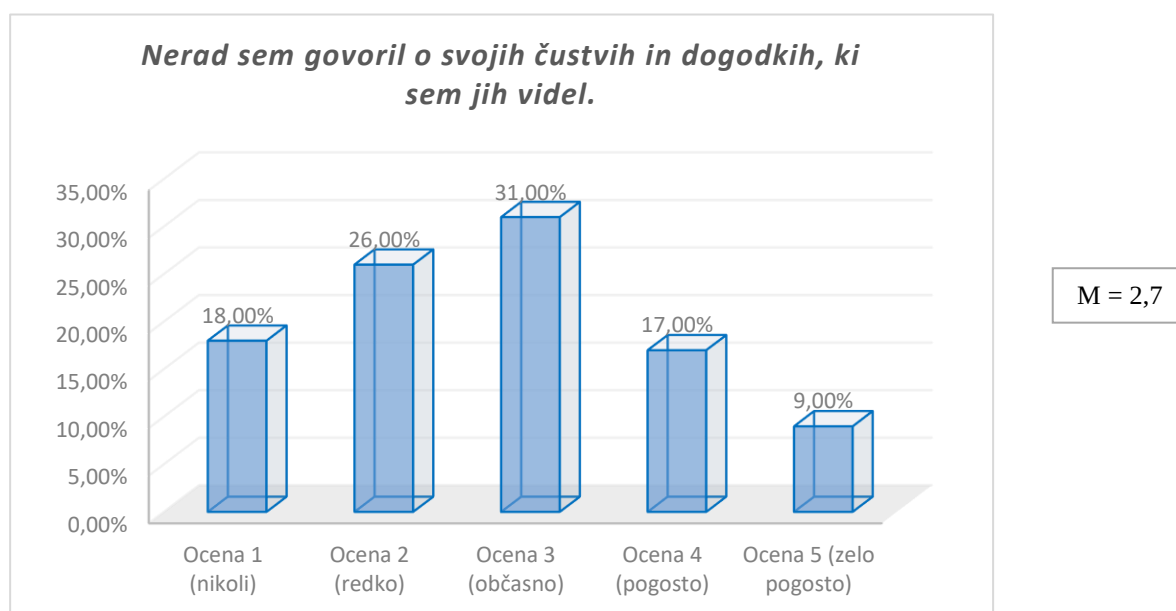
Grafikon 9. Ocene anketirancev trditve: *Nenehno sem mislil na svojo družino in sorodnike.*

Trditev »*Neprestano sem mislil na svojo družino in sorodnike*« je skoraj tretjina (30,0 %) anketiranih ocenilo z ocenama 4 (pogosto) ter 5 (zelo pogosto), 8 % anketiranih je izbralo oceno 1 (nikoli). Najpogostejše izbrana ocena je ocena 3 (občasno). **Izračunano povprečje znaša 3,0.**



Grafikon 10. Ocene anketirancev trditve: *Delo sem znal razdeliti med vse ljudi, ki so prišli pomagat.*

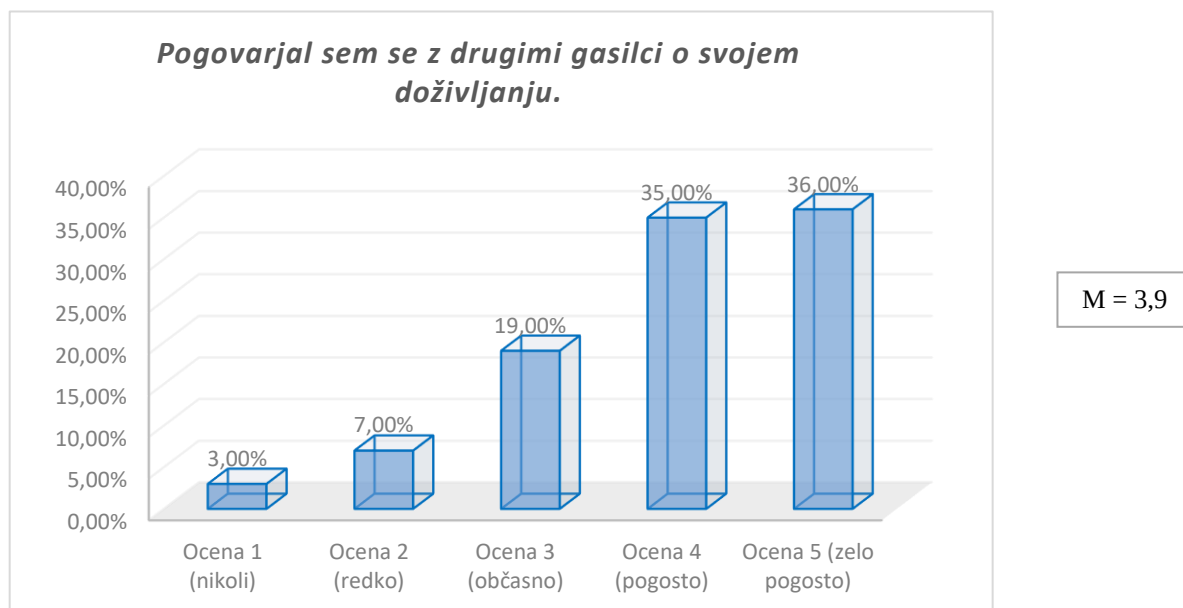
Iz prikazanih rezultatov (grafikon 10) lahko vidimo, da je trditev, da so delo znali razdeliti med vse ljudi, ki so prišli pomagat, kar 81 % anketirancev ocenilo z oceni 4 (pogosto) in 5 (zelo pogosto). Samo 1 % anketiranih je izbralo oceno 1 (nikoli). **Izračunano povprečje je visoko in znaša 4,1.**



Grafikon 11. Ocene anketirancev trditve: *Nerad sem govoril o svojih čustvih in dogodkih, ki sem jih videl.*

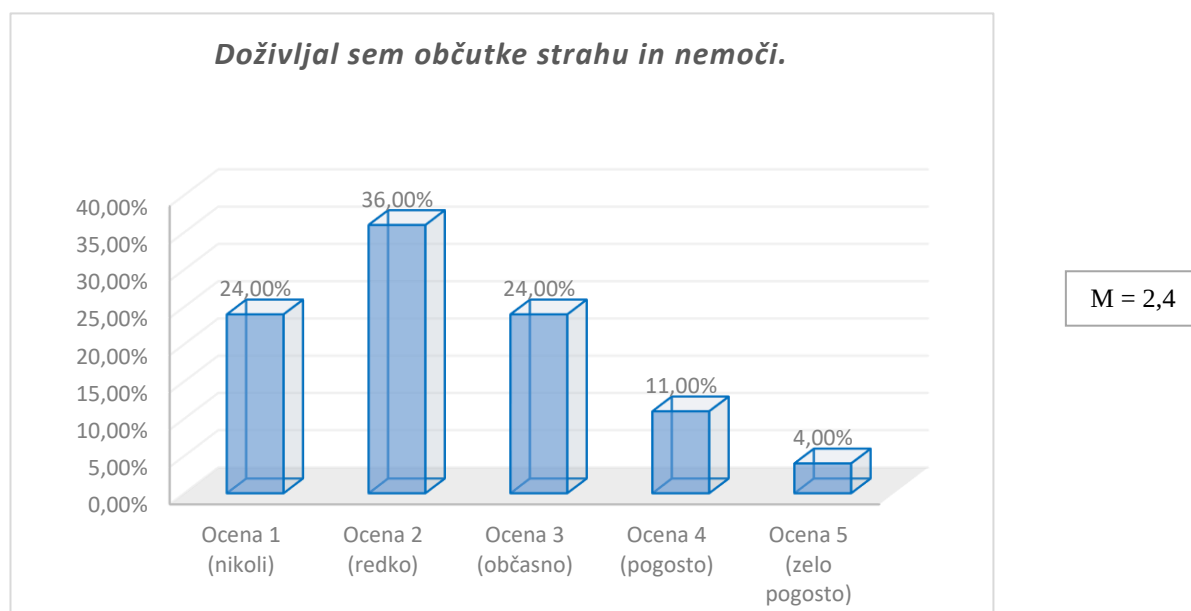
Dobljeni rezultati (grafikon 11) kažejo ocene anketirancev trditve: *Nerad sem govoril o svojih čustvih in dogodkih, ki sem jih videl.* Rezultati kažejo, da je približna četrtnina anketirancev (26

%) izbralo oceni 4 (pogosto) in 5 (zelo pogosto). Ravno nasprotno – oceni 1 (nikoli) in 2 (redko), je izbralo 44 % anketirancev. **Izračunano povprečje znaša 2,7.**



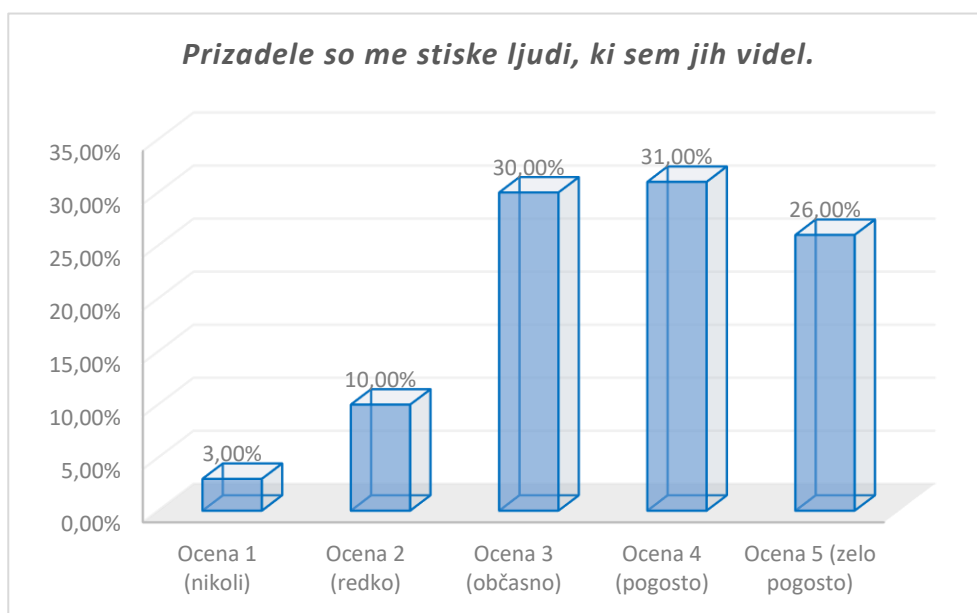
Grafikon 12. Ocene anketirancev trditve: Pogovarjal sem se z drugimi gasilci o svojem doživljanju.

Trditev, da so se pogovarjali z drugimi gasilci o svojem doživljanju, je večina anketiranih (71 %) ocenilo z ocenama 4 (pogosto) in 5 (zelo pogosto). Samo desetina anketirancev je ocenila, da se niso nikoli oz. so se redko pogovarjali z drugimi gasilci o svojem doživljanju. **Izračunano povprečje znaša 3,9.**



Grafikon 13. Ocene anketirancev trditve: Doživljal sem občutke strahu in nemoči.

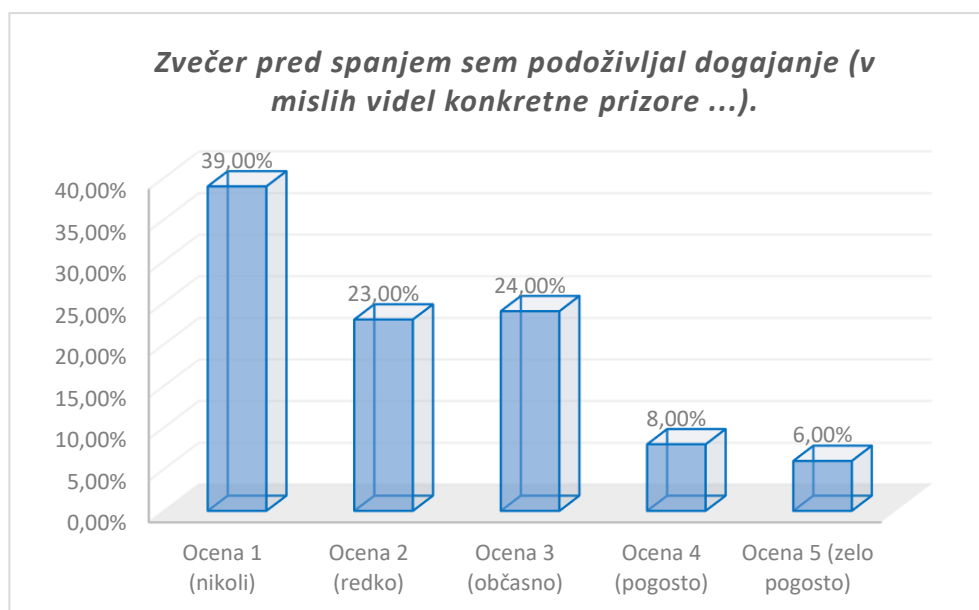
Iz grafikona 13 lahko razberemo, da 60 % anketirancev ni nikoli (ocena 1) doživljalo občutkov strahu in nemoči oz. so jih redko (ocena 2). Ravno nasprotno pa je ocenilo 15 % anketirancev, ki so izbrali oceni 4 (pogosto) in 5 (zelo pogosto). **Izračunano povprečje znaša 2,4.**



M = 3,7

Grafikon 14. Ocene anketirancev trditve: *Prizadele so me stiske ljudi, ki sem jih videl.*

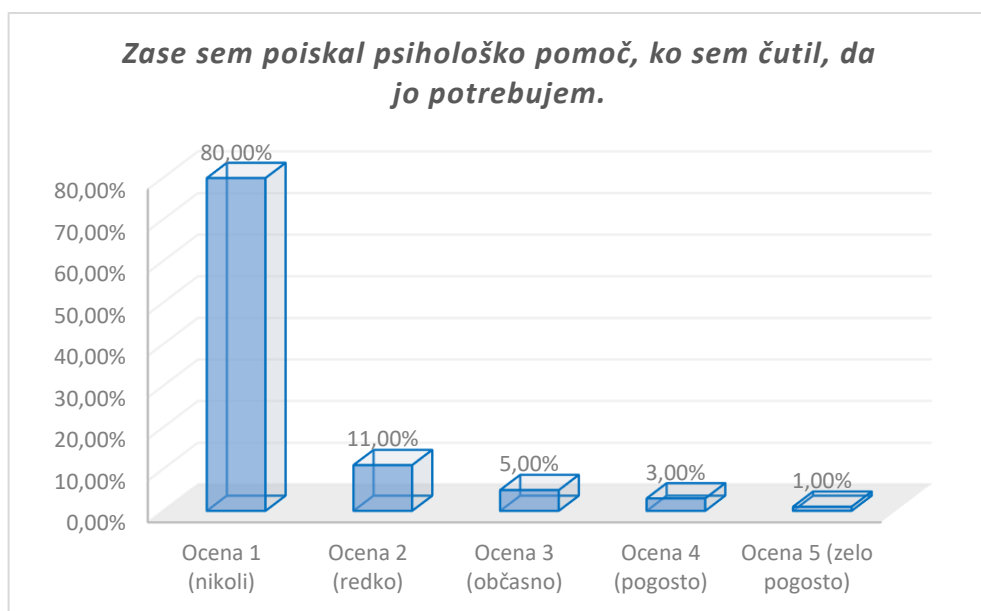
Dobljeni rezultati (grafikon 14) kažejo, da je nekaj več kot polovica anketirancev (57 %) izbrala oceni 4 (pogosto) in 5 (zelo pogosto). 13 % anketiranih gasilcev je pri tej trditvi izbralo oceni 1 (nikoli) in 2 (redko). **Izračunano povprečje znaša 3,7.**



M = 2,2

Grafikon 15. Ocene anketirancev trditve: *Zvečer pred spanjem sem podoživljal dogajanje (v mislih videl konkretne prizore ...).*

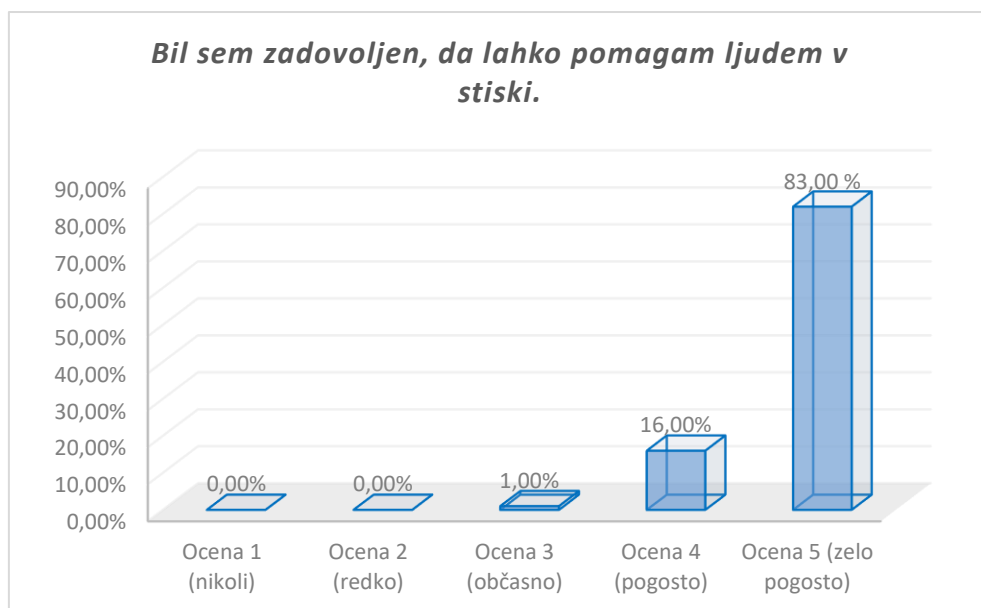
Iz grafikona 15 vidimo ocene anketiranih gasilcev trditve: *Zvečer pred spanjem sem podoživljal dogajanje (v mislih videl konkretne prizore ...)*. 62 % anketiranih ni nikoli podoživljalo (ocena 1) oz. so redko (ocena 2) podoživljali dogajanje pred spanjem. 14 % anketiranih pa je ocenilo ravno nasprotno, saj so izbrali oceni 4 (pogosto) in 5 (zelo pogosto). **Izračunano povprečje znaša 2,2.**



M = 1,3

Grafikon 16. Ocene anketirancev trditve: Zase sem poiskal psihološko pomoč, ko sem čutil, da jo potrebujem.

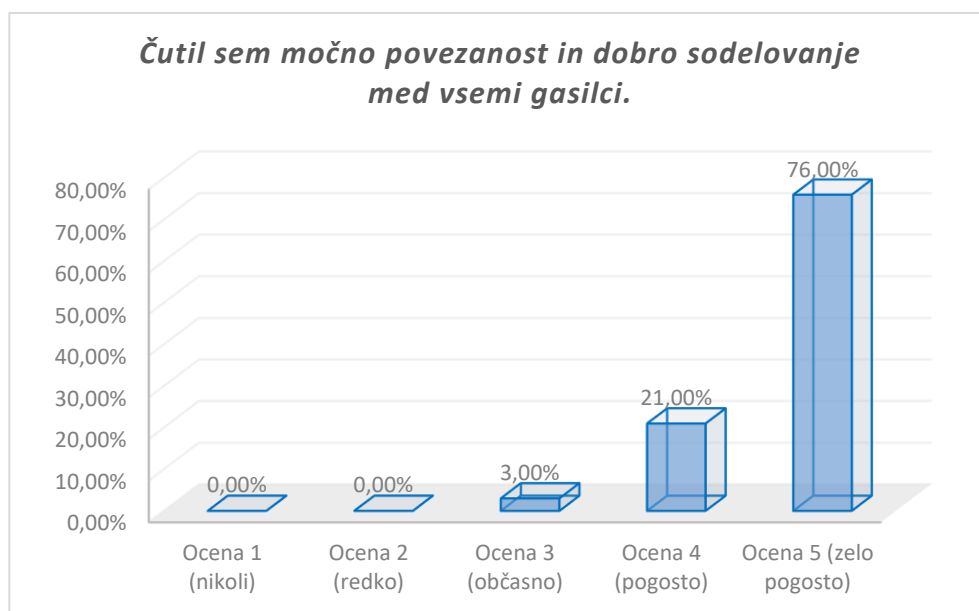
Pri trditvi, da so anketiranci iskali zase psihološko pomoč, ko so čutili, da jo potrebujejo, je večina anketirancev (91 %) izbralo oceni 1 (nikoli) in 2 (redko). Le 1 % anketiranih gasilcev je to trditev ocenilo z oceno 5 (zelo pogosto). **Izračunano povprečje je nizko in znaša 1,3.**



M = 4,8

Grafikon 17. Ocene anketirancev trditve: Bil sem zadovoljen, da lahko pomagam ljudem v stiski.

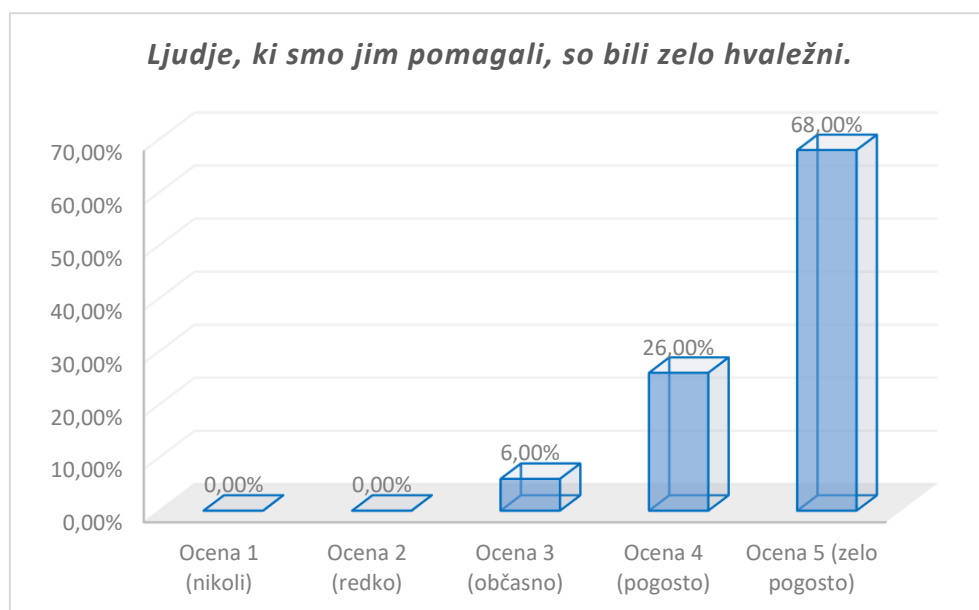
Iz grafikona 17 lahko vidimo, da so skoraj vsi anketiranci (99 %) izbrali oceni 4 (pogosto) in 5 (zelo pogosto). Noben anketiranec ni izbral oceni 1 (nikoli) in 2 (redko). **Izračunano povprečje znaša 4,8.**



M = 4,7

Grafikon 18. Ocene anketirancev trditve: Čutil sem močno povezanost in dobro sodelovanje med vsemi gasilci.

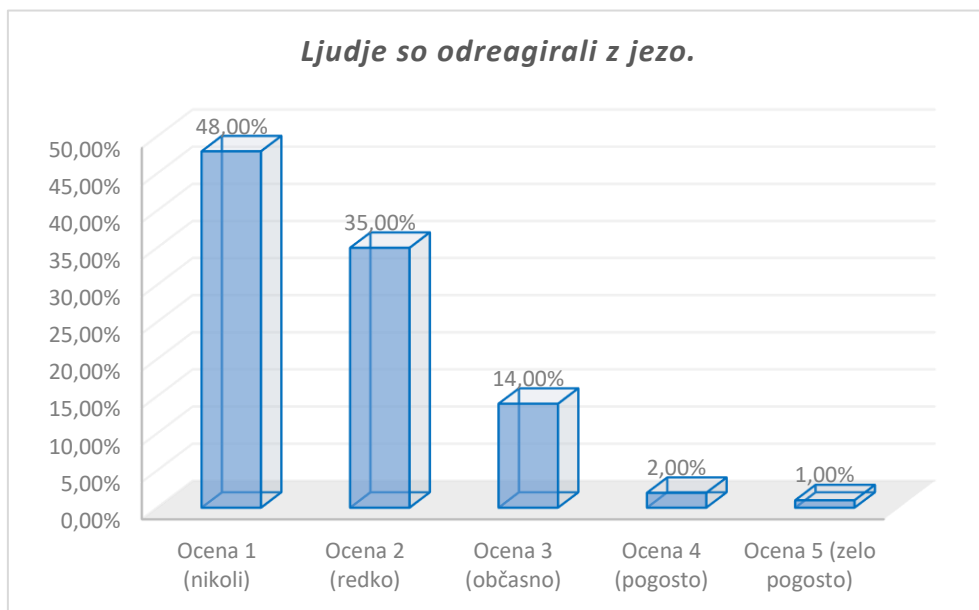
Iz grafikona 18 prav tako vidimo, da ni noben anketiranec izbral oceni 1 (nikoli) in 2 (redko). 97 % anketiranih gasilcev je ocenilo trditev, da so čutili močno povezanost in dobro sodelovanje med vsemi gasilci, z ocenama pogosto (ocena 4) oz. zelo pogosto (ocena 5) **Izračunano povprečje je visoko in znaša 4,7.**



M = 4,6

Grafikon 19. Ocene anketirancev trditve: Ljudje, ki smo jim pomagali, so bili zelo hvaležni.

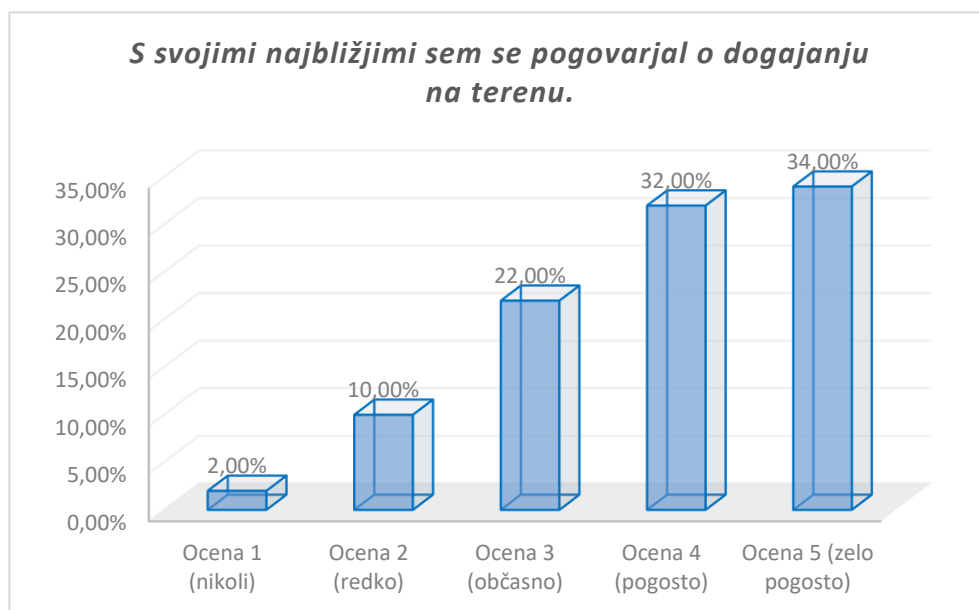
Dobljeni rezultati (grafikon 19) kažejo, da je večina anketiranih gasilcev (94 %) pri trditvi, da so ljudje, ki so jim pomagali, bili zelo hvaležni, izbrala oceni 4 (pogosto) in 5 (zelo pogosto). Noben anketiranec ni izbral oceni 1 (nikoli) in 2 (redko). **Izračunano povprečje znaša 4,6.**



M = 1,7

Grafikon 20. Ocene anketirancev trditve: *Ljudje so odreagirali z jezo.*

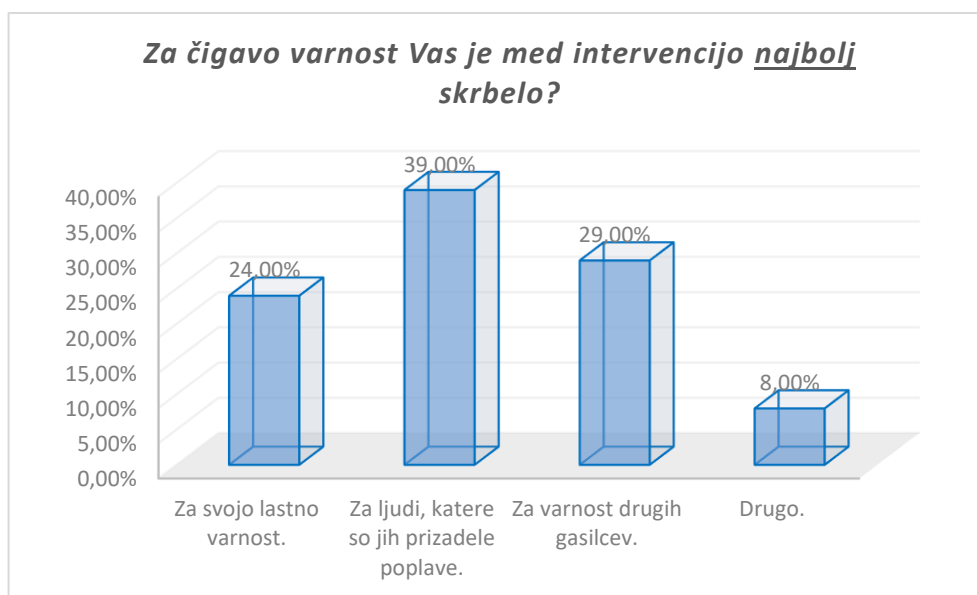
Iz grafikona 20 lahko razberemo, da je približno polovica (48 %) anketiranih gasilcev pri trditvi, da so ljudje odreagirali z jezo, izbrala oceno 1 (nikoli) in približno tretjina anketiranih (35 %) oceno 2 (redko). Le 3 % anketiranih je izbralo oceni 4 (pogosto) in 5 (zelo pogosto). **Izračunano povprečje znaša 1,7.**



M = 3,9

Grafikon 21. Ocene anketirancev trditve: *S svojimi najbližjimi sem se pogovarjal o dogajanju na terenu.*

Pri trditvi, da so se s svojimi najbližjimi pogovarjali o dogajanju na terenu (grafikon 21), je dve tretjini anketiranih gasilcev (66 %) izbralo oceni 4 (pogosto) in 5 (zelo pogosto). Desetina anketiranih (10 %) je izbrala oceno 2 (redko), le 2 % anketirancev pa oceno 1 (nikoli). **Izračunano povprečje znaša 3,9.**

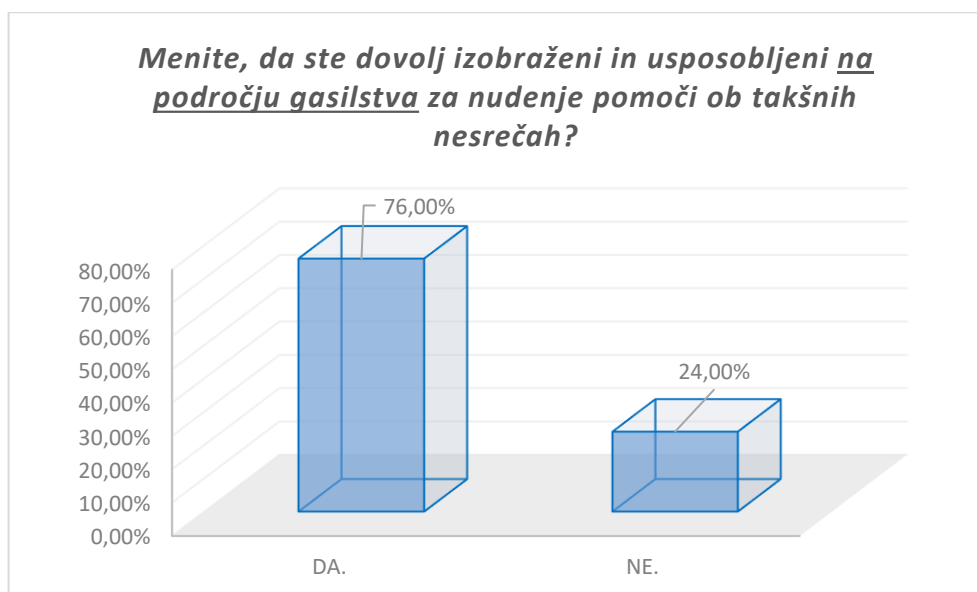


Grafikon 22. Odgovori anketirancev na vprašanje: *Za čigavo varnost Vas je med intervencijo najbolj skrbelo?*

Rezultati grafikona 22 kažejo, katere odgovore so izbrali anketiranci na zastavljeno vprašanje, za čigavo varnost jih je najbolj skrbelo med intervencijo. Največkrat izbran odgovor (39 %) je bil odgovor, da za ljudi, ki so jih prizadele poplave.

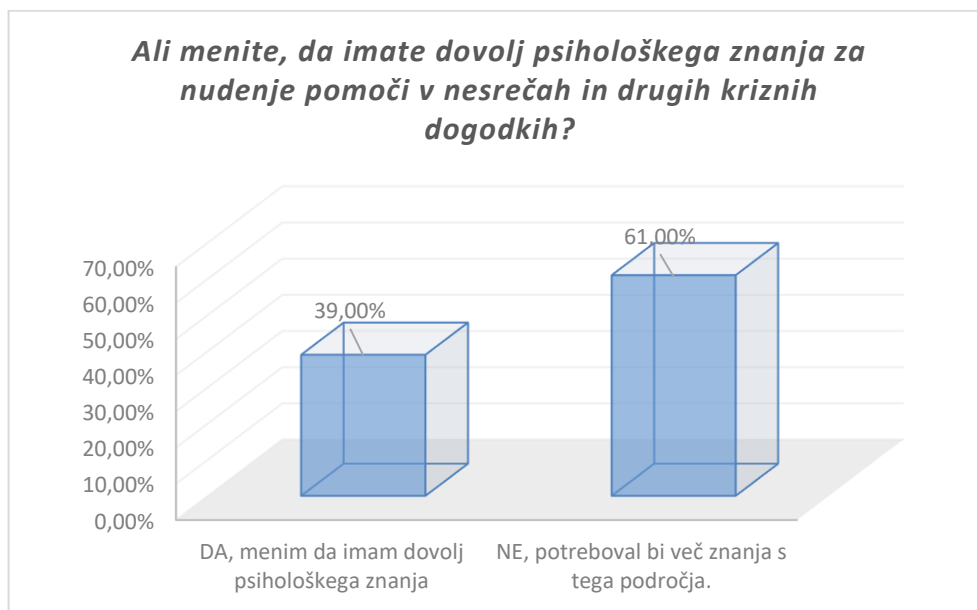
Odgovor »drugo« je izbralo 8 % anketirancev, zapisali so naslednje odgovore:

- za vse naštetu oz. varnost vseh (24-krat),
- kot vodja (odgovorna oseba) najbolj za mojo ekipo (4-krat),
- za domače (2-krat),
- za svojo varnost in varnost gasilcev (2-krat),
- najprej za varnost gasilcev, nato varnost ljudi, nato živali in na koncu premoženja (1-krat).



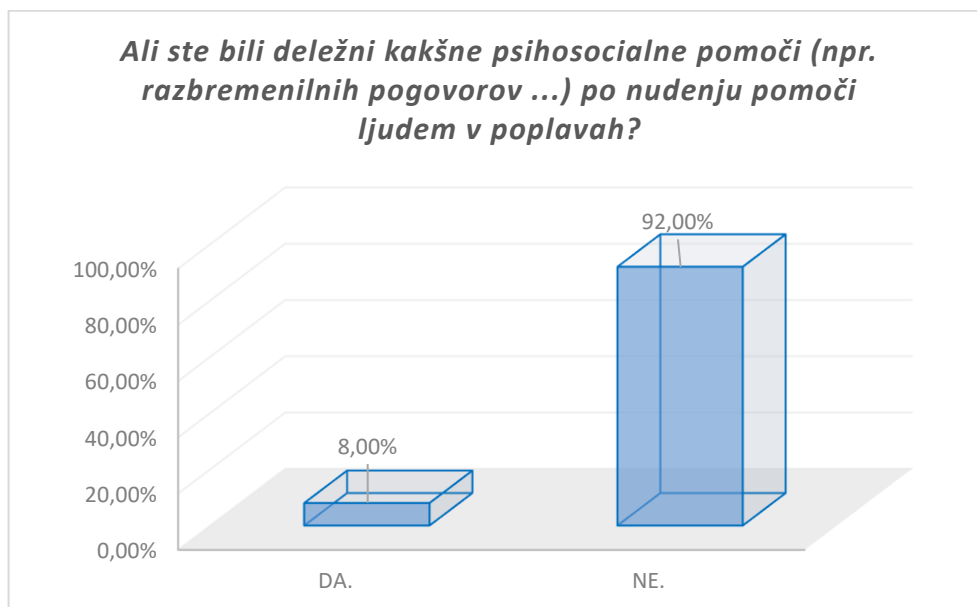
Grafikon 23. Odgovori anketirancev na vprašanje: *Menite, da ste dovolj izobraženi in usposobljeni na področju gasilstva za nudenje pomoči ob takšnih nesrečah?*

Dobljeni rezultati (grafikon 23) kažejo odgovore anketiranih gasilcev na vprašanje, ali menijo, da so dovolj izobraženi in usposobljeni na področju gasilstva za nudenje pomoči ob takšnih nesrečah. Skoraj četrtina anketirancev (24 %) je izbrala odgovor, da ne, 76 % je izbralo odgovor da.



Grafikon 24. Odgovori anketirancev na vprašanje: *Ali menite, da imate dovolj psihološkega znanja za nudenje pomoči v nesrečah in drugih kriznih dogodkih?*

Iz grafikona 24 lahko razberemo, da je 39 % anketiranih gasilcev izbralo odgovor, da menijo, da imajo dovolj psihološkega znanja, večina anketiranih gasilcev (61 %) je izbralo odgovor, da nimajo in bi potrebovali več znanja s tega področja.

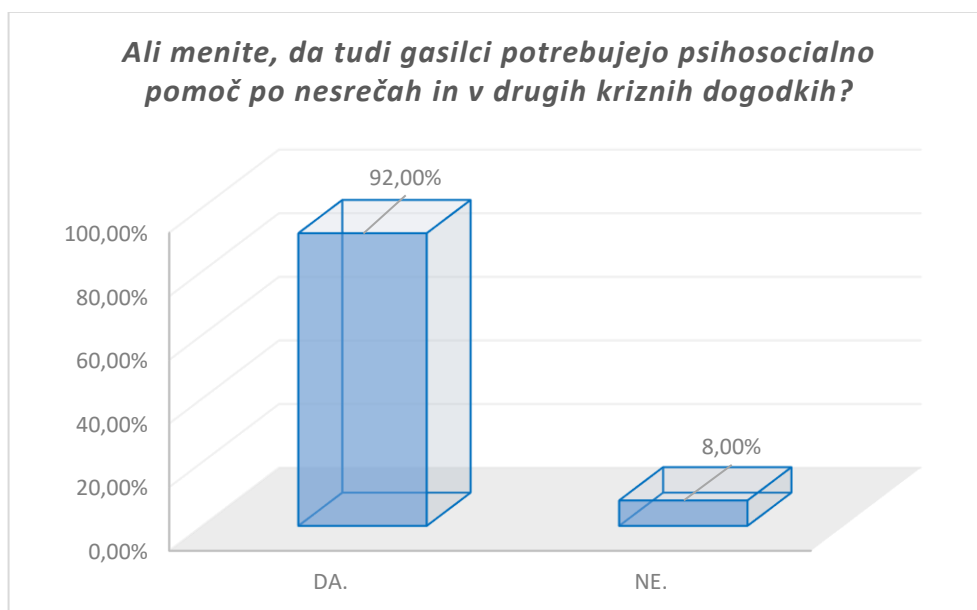


Grafikon 25. Odgovori anketirancev na vprašanje: *Ali ste bili deležni kakšne psihosocialne pomoči (npr. razbremenilnih pogovorov ...) po nudenju pomoči ljudem v poplavah?*

Na vprašanje, ali so bili deležni kakšne psihosocialne pomoči (npr. razbremenilnih pogovorov ...) po nujenju pomoči ljudem v poplavah, je večina anketiranih (92 %) odgovorilo z odgovorom, da ne, le 8 % je izbralo pritrdilni odgovor.

Pri tem vprašanju so imeli anketiranci, ki so izbrali pritrdilni odgovor, možnost napisati, kakšne oblike je bila ta pomoč. Anketiranci so zapisali:

- skupinski razbremenilni pogovor z drugimi operativci/gasilci (10-krat);
- pogovor z gasilskim zaupnikom (8-krat),
- razbremenili pogovori (5-krat),
- psihološka pomoč/pogovor z zunanjim strokovnjakom/psihologom (3-krat).



Grafikon 26. Odgovori anketirancev na vprašanje: Ali menite, da tudi gasilci potrebujejo psihosocialno pomoč po nesrečah in v drugih kriznih dogodkih?

Iz grafikona 26 vidimo odgovore anketiranih gasilcev na vprašanje, ali menijo, da tudi gasilci potrebujejo psihosocialno pomoč po nesrečah in drugih kriznih dogodkih. 92 % anketirancev je izbralo pritrdilni odgovor in le 8 % anketiranih odgovor, da ne potrebujejo.

Pri tem vprašanju so imeli anketiranci, ki so izbrali pritrdilni odgovor, možnost le-tega tudi utemeljiti. Njihovi odgovori so bili vsebinsko raznoliki. Vsebinsko podobne odgovore sem združila in pripisala pogostost posameznega odgovora.

Anketiranci so zapisali:

- razbremenilni pogovori so koristni, pomagajo, ne držiš čustev v sebi ... (8-krat);
- psihosocialna pomoč je pomembna predvsem v zelo stresnih in čustveno obremenjujočih situacijah (hude prometne nesreče, ko so vključeni postopki oživljanja, ko pride do smrti, težke poškodbe v gozdu/na delovnih mestih ...) (7-krat);
- odvisno je od osebnosti gasilca – ljudje smo različno psihično stabilni, nekateri so bolj čustveni (5-krat);
- »vsí smo krvavi pod kožo«, nekateri dogodki se tudi gasilcev močno dotaknejo (4-krat);

- za obvladanje občutkov krivde (npr. obremenjevanje, ali sem dovolj v dani situaciji naredil ...) (2-krat);
- včasih je težko poiskati takšno pomoč, saj ne želiš svoje nemoči pokazati drugim (2-krat);
- kot vodja sem tovrstno pomoč večkrat organiziral gasilcem, ko so jo potrebovali (1-krat).

3.2 POVZETEK INTERVJUJA Z GASILKO VLADIMIRO BUČEVEC

30. 10. 2023 sem opravila intervju z Vladimiro Bučevcem, ki je prostovoljna gasilka v PGD Kamnik. V nadaljevanju bom predstavila njene izkušnje in doživljanje pri nudenju pomoči v poplavah avgusta 2023. Celoten intervju se nahaja v Prilogi 2.

Intervjuvanka je povedala, da je bila v intervencijo vključena kot operater, izvajala je razbremenilne pogovore, pomagala je pri organiziranju prehrane tako za reševalne enote kot za ljudi na prizadetih področjih, delovala je tudi kot koordinatorica in organizatorica psihološke pomoči.

Po njenih izkušnjah so poplave meseca avgusta 2023 povzročile veliko stisko med ljudmi, tako med reševalci kot ljudmi na terenu. Dejala je, da je ob taki vsakodnevni stiski pozabila, kako se sama ob tem počuti, sedaj, ko so dogodki že nekoliko odmaknjeni, pa je predvsem hvaležna, da je lahko v taki situaciji ljudem priskočila na pomoč.

Meni, da so poplave pustile na vseh udeležених vtise in spomine ter vzbudile različna čustva. V kolikšni meri in na kakšen način je odvisno od osebe, saj ljudi različno odreagiramo na enake dogodke. Sama ne čuti strahov ali skrbi, saj s športom, meditacijo in humorjem poskrbi za razbremenitev.

Omenila je, da so izkušnje gasilcev bile različne. Nekateri so reševali ljudi ponoči, v temi, drugi so se ujeli med dvema plazovoma in niso vedeli, ali se bodo lahko rešili. Nekateri so reševali celotne družine in niso bili prepričani, ali se bo vsem skupaj uspelo rešiti na varno.

Povprašala sem jo tudi o tem, kako so njihovo pomoč sprejeli ljudje, ki so bili v stiski. Povedala je, da je bilo veliko pozitivnih reakcij, misli, odzivov, hvaležnosti (npr. napekli so pecivo, da so ga lahko razdelili med ljudi). Vse to jih je navdajalo z dodatno energijo. Bilo je tudi nekaj ljudi, ki so v stiski odreagirali z jezo (na primer komentarji, da so pri sosedih naredili več kot pri njih; da jih dolgo časa ni bilo ...). Dejala je, da tako negativno stisko ljudi razume, saj je pri vseh prva reakcija strah in zato želijo pomoč takoj.

Zanimalo me je, ali so bili gasilci deležni kakšne vrste pomoči (npr. psihološke), da so se lahko razbremenili. Dejala je, da so bili deležni pomoči, saj so zaprosili za psihološko pomoč tako za civilno prebivalstvo kot tudi zase. Obrnila se je tudi na Center za duševno zdravje odraslih Domžale, ker je bilo veliko ljudi v stiski. Psihologinja in psihiatrinja iz Domžal sta bili ob njenih klicih pripravljeni priskočiti na pomoč. Na koncu so psihologi enote za psihološko pomoč CZ opravili pogovor še z vodji intervencije.

Intervjuvanko sem povprašala še, ali so bili gasilci pred tem že deležni kakšnih izobraževanj o tem, kako v takšnih primerih nuditi psihološko pomoč. Rekla je, da je to del izobraževanj, ki jih imajo vse reševalne enote (policisti, gasilci, reševalci ...), organizira jih Uprava za zaščito in reševanje. Razložila je, da če zaupniki, ki opravljajo razbremenilne pogovore, ocenijo, da bi kdo potreboval več pomoči, ali je primer hujši, se potem obrnejo na telefonsko številko 112. Ljudje, ki so že sodelovali v razbremenilnem pogovoru, pravijo, da so koristni in jim je po njih lažje.

Intervjuvana gasilka si želi, da bi bila ta vrsta pomoči bolj znana, ker so gasilci vedno bolj obremenjeni. Gasilci se veliko izobražujejo, imajo temeljna in dodatna znanja, da so suvereni na intervencijah, še vedno pa se nazivajo tovariši, saj ko rešujejo v požaru, poplavih, so odvisni drug od drugega. Na koncu intervjuja je še dejala, da je marsikateri gasilec ostal brez premoženja in svojega doma, a je kljub temu šel pomagat drugim ljudem v stiski.

4.0 DISKUSIJA

V zadnjih letih je čedalje več govora o gasilcih, reševalcih, prvih posredovalcih, saj so naravne nesreče v Sloveniji vedno pogostejše. Prihajam iz gasilske družine in sem v gasilstvo vključena že od malih nog, saj sem članica gasilskega društva že od svojega 6. leta starosti. Delo in poslanstvo gasilcev me je od vedno zanimalo, saj tudi sama želim nekoč pomagati ljudem in morda celo komu rešiti življenje.

V raziskovalni nalogi sem zastavila devet hipotez, ki jih bom na podlagi dobljenih rezultatov potrdila ali ovrgla.

Prva hipoteza se je glasila, ***da več kot 60 % anketiranih gasilcev ocenjuje, da je njihovo poslanstvo in delo pomembno oz. zelo pomembno in da sta najpogostejši gasilski intervenciji gašenje požarov in pomoč pri poplavah.***

Iz dobljenih rezultatov (grafikon 2) vidimo, kako pomembno se anketiranim gasilcem zdi njihovo poslanstvo in delo. Predpostavila sem, da se večini anketiranih njihovo poslanstvo zdi pomembno oz. zelo pomembno. Dobljeni rezultati kažejo, da se vsem anketiranim gasilcem (100 %) njihovo delo zdi pomembno (ocena 4) oz. zelo pomembno (ocena 5). Velika večina anketirancev (95 %) je izbrala celo najvišjo oceno, to je oceno 5 (zelo pomembno). Ocene od 1 do 3 ni izbral nihče. Takšen rezultat sam delno pričakovala, saj sem mislila, da bo morda kdo od anketirancev izbral tudi oceno 3 (srednje pomembno). Dobljeni rezultati kažejo na še večje strinjanje in na to, da se vsi anketirani gasilci zavedajo pomembnosti svojega dela in poslanstva. Verjetno je zavedanje tudi eden od vzrokov, zakaj so se anketiranci odločili postati gasilci. Iz grafikona 1 vidimo, da so anketirani gasilci dobili spodbudo za to, da postanejo gasilci od družine in sorodnikov (46 %) ali prijateljev (36 %). 45 % anketirancev pa je izbralo odgovor, da je bil to njihov lasten interes.

Zanimalo me je tudi, kako pogosto so anketirani gasilci vključeni v različne intervencije (gašenje požarov, pomoč pri poplavah, plazovih, potresih, prometnih nesrečah, reševanju živali, pomoč pri dovažanju hrane in pijače). Na podlagi izkušenj mojih družinskih članov in našega gasilskega društva sem pričakovala, da bo najpogostejše izbrana intervencija gašenje požarov ter pomoč pri poplavah. Iz grafikonov 3 in 4 ter izračunanih povprečij v tabeli 1 in 2 vidimo, da je najvišje izračunano povprečje pri pomoči pri poplavah (4,0), drugo najvišje izračunano povprečje pa pri gašenju požarov (3,8).

Na podlagi zgoraj opisanih rezultatov lahko potrdim prvo hipotezo, saj vsi anketirani gasilci ocenjujejo, da je njihovo poslanstvo in delo pomembno oz. zelo pomembno. Prav tako sta izračunani povprečji pokazali, da sta najpogostejši intervenciji, v katere se vključujejo gasilci, gašenje požarov in pomoč pri poplavah.

Druga hipoteza se je glasila, ***da je več kot 60 % anketiranih gasilcev odšlo na intervencijo takoj ob klicu na pomoč in jih je ob tem najbolj skrbelo za ljudi, ki so jih prizadele poplave.***

Rezultati grafikona 5 kažejo odgovore gasilcev na vprašanje, ali so nudili pomoč ob poplavah meseca avgusta 2023. Kar 88 % anketiranih gasilcev iz vzorca je izbralo odgovor »da«, preostali delež anketiranih gasilcev pa ni nudil pomoči ob naravni nesreči. V raziskovalni nalogi sem

želela podrobneje raziskati vlogo in doživljanje gasilcev v poplavah avgusta 2023, zato sem spletno anketo pripravila tako, da so na nadaljnja vprašanja lahko odgovarjali le gasilci, ki so izbrali pri tem vprašanju odgovor »da«.

Iz grafikona 6 lahko vidimo, kako so anketiranci odreagirali, ko so bili poklicani v intervencijo, da bi pomagali pomoč potrebnim ljudem. Največji odstotek anketiranih (79 %) je na intervencijo odšlo takoj, 15 % anketiranih je najprej preverilo, kakšno je stanje pri njih doma, ter se nato odločilo. Takšne rezultate sem pričakovala, saj bi tudi sama takoj priskočila na pomoč in odšla na intervencijo.

Iz izkušenj moje družine in našega gasilskega društva lahko potrdim, da se je večina gasilcev odzvala takoj in so bili pripravljeni priskočiti na pomoč ob pozivu. Del članov gasilskega društva je preventivno ostal v domači gasilski zvezi, saj so morali biti v pripravljenosti, če bi potrebovali pomoč tudi naši vaščani oz. naši občani.

Anketirancem sem pri tem vprašanju ponudila tudi odgovor »drugo«, ki ga je izbralo 3 % anketiranih. Trije anketirani gasilci so zapisali, da so odšli pomagat po dogovoru (razporedu) znotraj njihovega gasilskega društva, dva sta zapisala, da sta odšla pomagat po dogovoru z delodajalcem, prav tako sta 2 anketirana gasilca zapisala, da sta prekinila letni dopust in šla pomagat. Zapisali so tudi posamične odgovore, kot so na primer, da je gasilec pomagal denarno in materialno; da je odšel pomagat, ko je ugotovil, da je stanje resno; da je odšel pomagat takoj po vrnitvi z morja ter da je pomagal že en dan prej.

Zanimalo me je tudi, za čigavo varnost jih je najbolj skrbelo med intervencijo. Rezultate lahko razberemo iz grafikona 22. Rezultati so pokazali, da jih je najbolj (39% anketirancev) skrbelo za ljudi, ki so jih prizadele poplave. Drug najbolj izbran odgovor (29 %) je bil za varnost drugih gasilcev, sledi mu odgovor za svojo lastno varnost, ki ga je izbrala skoraj petina anketiranih. Tudi pri tem vprašanju sem dodala odgovor »drugo«, izbralo ga je 8 % anketiranih. 24 anketiranih gasilcev je zapisalo za vse naštetu oz. varnost vseh, štirje so napisali, da jih je kot vodje oz. odgovorne osebe skrbelo najbolj za njihovo ekipo, dva sta zapisala za domače, prav tako sta dva zapisala za svojo lastno varnost in varnost gasilcev, eden pa je zapisal, da ga je najprej skrbelo za varnost gasilcev, nato ljudi, živali in šele na koncu premoženja.

Na podlagi zgoraj dobljenih rezultatov lahko potrdim drugo hipotezo, saj sem ugotovila, da je skoraj 80 % anketiranih gasilcev odšlo na intervencijo takoj ob klicu na pomoč, kot sem predpostavila, ter da jih je najbolj skrbelo za ljudi, ki so jih prizadele poplave.

Tretja hipoteza se je glasila, ***da je več kot 60 % anketiranih gasilcev na intervenciji pomagalo tako, da so črpali vodo iz hiš ter dovažali pitno vodo in hrano za tamkajšnje ljudi.***

Da bi lahko preverila to hipotezo, sem svoje anketirance vprašala, na kakšne načine so pomagali na območju poplav (odgovori so prikazani v grafikonu 7). Iz omenjenih rezultatov lahko razberemo, da je kar 80 % anketiranih črpalo vodo iz hiš, drug najpogostejše izbran odgovor (67 %) je bil, da so pomagali s čiščenjem cest in poti. Le 36 % anketiranih je izbralo odgovor odvažanje vej/podrtih dreves, nekaj manj kot tretjina anketiranih (30 %) pa je pomagala z dovažanjem vode in hrane. Pričakovala sem, da bo odstotek pri pomoči z dovažanjem vode in hrane enkrat višji.

Med ponujenimi odgovori sem dodala še odgovor »drugo«, ki ga je izbralo kar 22 % anketiranih, ki so nato zapisali različne oblike pomoči. Kar 24 anketiranih gasilcev je zapisalo, da so vodili oz. organizirali enote, prav tako je 24 anketirancev zapisalo, da so čistili tovarne in hiše, kar 17 anketirancev je zapisalo, da so pomagali s polnjenjem protipoplavnih vreč in delali protipoplavne nasipe. 16 anketiranih je zapisalo čiščenje/odvažanje/odstranjevanje mulja in blata, 13 jih je zapisalo, da so se ukvarjali s koordinacijo in logistiko, 11 jih je zapisalo reševanje/evakuacija ljudi, 10 anketiranih gasilcev pa je delalo v štabu. Trije anketirani gasilci so zapisali, da so pomagali na letališčih, kot dvakrat zapisani odgovori pa so bili: denarna pomoč, sanacija plazov, usmerjanje prometa ter črpanje nevarnih razlitih snovi. En anketirani gasilec je zapisal posamičen odgovor sušenje in pranje gasilske opreme.

Intervjuvanka Vladimira Bučevac je v intervjuju predstavila dela, ki jih je opravljala. Opravljala je delo operaterja, pomagala je v sektorju prehrane, kjer so imeli organizirano prehrano tako za reševalne enote kot za ljudi v stiski. Delovala je tudi kot koordinatorica in organizatorica psihološke pomoči, v sklopu slednjega je opravljala tudi razbremenilne pogovore. Iz vsega zapisanega vidimo, da je bilo delo in pomoč gasilcev v času poplav avgusta 2023 res zelo raznoliko in obsežno.

Na podlagi opisanih rezultatov lahko ovržem tretjo hipotezo, saj sem ugotovila, da je največ gasilcev pomagalo v poplavah avgusta 2023 s črpanjem vode (več kot 60 %), pri dovozu vode in hrane pa je bil odstotek nižji, kot sem pričakovala (30 %).

Četrta hipoteza se je glasila, ***da je 60 % ali več anketiranih gasilcev znalo ustrezno umiriti svoja čustva na intervenciji, da so se o svojem doživljanju in dogajanju na terenu pogovarjali z drugimi gasilci in s svojimi najbližjimi.***

Iz strokovne literature sem spoznala, da so naravne nesreče, med katere spadajo tudi poplave, travmatski dogodki. Za travmatske dogodke je značilno, da v njih posameznik doživi grožnjo za svoje življenje ali varnost ter za življenje ali varnost drugih ljudi. Ob tem doživlja močna čustva, ga je strah, čuti nemoč in ranljivost (Lavrič in Štirn, 2016: 18).

Da bi preverila, kako so anketirani gasilci uspeli umiriti v tej krizni situaciji svoja neprijetna čustva in doživljanje, ter s kom so se o tem pogovarjali, da bi se razbremenili, sem v anketnem vprašalniku zastavila več trditve o tem. Omenjene trditve so anketiranci ocenjevali na 5-stopenjski lestvici (pogostost pojavljanja).

V grafikonu 8 so prikazane ocene anketirancev trditve, da so znali ustrezno umiriti svoja čustva na intervenciji. Večina (86 %) anketiranih je izbralo oceni 4 (pogosto) ter 5 (zelo pogosto). Le 5 % anketiranih je izbralo oceni 1 (nikoli) ter 2 (redko). Izračunano povprečje je visoko in znaša 4,3. Vidimo, da je večina anketiranih znala ustrezno umiriti svoja čustva na intervenciji, kar sem tudi pričakovala. Da gasilci in drugi prvi posredovalci znajo ustrezno umiriti svoja lastna čustva, je ključnega pomena, saj le-tako lahko zbrano in učinkovito pomagajo drugim. V sklopu usposabljanja gasilcev so zato vključene te vsebine.

Različne tehnike in veščine za obvladovanje stresa so tudi eden od načinov psihološke pomoči posredovalcem na prvi stopnji. Gre za načine, ki jih lahko posameznik naredi zase sam, med njih spadajo npr. dihalne tehnike (po Lavrič in Štirn, 2016: 91). Na prvi stopnji psihološke

pomoči so tudi pogovori – da po nesrečah reševalcem prisluhnejo prijatelji, člani družine in drugi v njihovi socialni mreži. O tem sem povprašala svoje anketirance, da bi ugotovila, koliko so se tega posluževali.

Pri trditvi, da so se pogovarjali z drugimi gasilci o svojem doživljanju, je kar 71 % anketiranih izbralo najvišji oceni (4 in 5). Ocene te trditve so prikazane v grafikonu 12, iz katerega lahko razberemo tudi, da se desetina anketiranih ni nikoli (ocena 1) oz. redko (ocena 2) pogovarjalo z drugimi gasilci o svojem doživljanju. Izračunano povprečje je visoko in znaša 3,9. Kot sem že omenila so ti razbremenili pogovori z drugimi, ki imajo enako izkušnjo, zelo pomembni in lahko pomembno pomagajo posameznikom v takih kriznih dogodkih.

Zanimalo me je tudi, ali so se gasilci, ki so pomagali v poplavah avgusta 2023, s svojimi najbližjimi pogovarjali o dogajanju na terenu. Iz grafikona 21 lahko razberemo, da je odstotek pri oceni 4 (pogosto) in 5 (zelo pogosto) nekoliko nižji kot pri prejšnjem grafikonu, vendar še vedno nad odstotkom, ki sem ga predpostavila, saj je oceni 4 in 5 izbralo 64 % anketiranih gasilcev. 12 % anketirancev je izbralo oceni 1 (nikoli) in 2 (redko), kar pomeni, da se niso nikoli ali pa redko pogovarjali s svojimi najbližjimi o dogajanju na terenu. Tak rezultat sem pričakovala, saj bi tudi sama delila izkušnje in misli s svojimi domačimi. Izračunano povprečje je enako kot pri prejšnjem grafikonu in znaša 3,9. Tudi to je pozitiven rezultat, saj so tudi pogovori s člani družine razbremenilni.

Intervjuvanko sem vprašala, kakšno je bilo doživljanje gasilcev, ki so bili vključeni v intervencije. Omenila je, da so izkušnje gasilcev različne. Med seboj so se pogovarjali o dogajanju na terenu in si medsebojno pomagali, po pogovoru v enem izmed društev pa so imeli člani takšno energijo, da do konca niso več potrebovali nobene pomoči, saj so trdili, da jim je po pogovorih lažje.

Zgoraj opisani rezultati so pokazali, da je oceni 4 in 5 izbralo več kot 60 % anketiranih, zato lahko potrdim četrto hipotezo.

Peta hipoteza se je glasila, **da 40 % ali manj anketiranih gasilcev pogosto oziroma zelo pogosto doživlja občutke strahu in nemoči, da so zvečer podoživljali dogajanje na intervencijah ter neradi govorili o svojih čustvih.**

V grafikonu 11 so prikazani rezultati trditve, da so neradi govorili o svojih čustvih in dogodkih, ki so jih videli. Ocene anketiranih gasilcev so bile pri tej trditvi precej razdeljene. Oceni 1 (nikoli) in 2 (redko) je izbralo 44 % anketiranih. Oceni 4 (pogosto) in 5 (zelo pogosto) je izbralo nekoliko več kot četrtna anketirancev (26 %). Oceno 3 je izbralo 31 % anketiranih gasilcev. Izračunano povprečje je srednje visoko ter znaša 2,7. Nekateri anketirani gasilci so torej raje, drugi pa manj radi govorili o svojih čustvih oz. doživljanju.

Ena od zastavljenih trditev se je glasila, da so doživljali občutke strahu in nemoči (grafikon 13). Tudi tukaj je več anketiranih izbralo oceni 1 (nikoli) ter 2 (redko) kot oceni 4 (pogosto) in 5 (zelo pogosto). Trditev je z oceni 1 in 2 ocenilo kar 60 % anketiranih, le 15 % anketirancev je izbralo oceni 4 in 5. Izračunano povprečje je nižje kot pri prejšnjem grafikonu ter znaša 2,4. Rezultati kažejo na to, da večina anketirancev ni doživljala občutke strahu in nemoči.

Rezultati grafikona 15 prikazujejo ocene anketirancev trditve, da so zvečer pred spanjem podoživljali dogajanje (v mislih videli konkretne prizore ...). Kot pri prejšnjima predstavljenima grafikonoma se tudi tukaj ponovi, da je najnižji oceni izbralo več anketiranih kot najvišji oceni. Ocen 1 (nikoli) in 2 (redko) je izbralo 62 %, ocen 4 (pogosto) in 5 (zelo pogosto) je izbralo 14 %. Izračunano povprečje je še nekoliko nižje in znaša 2,2. Iz tega lahko sklepamo, da večina anketiranih gasilcev nikoli pred spanjem ni doživljala oz. je redko podoživljala dogajanje s terena.

Na podlagi zgoraj opisanih podatkov lahko vidimo, da je manj kot 40 % anketiranih gasilcev pogosto oz. zelo pogosto doživljalo močne, neprijetne čustvene reakcije (*nerad sem govoril o svojih čustvih in dogodkih; doživljal sem občutke strahu in nemoči; zvečer pred spanjem sem podoživljal dogajanje*). Na podlagi dobljenih rezultatov lahko potrdim peto hipotezo.

Šesta hipoteza se je glasila, ***da 70 % ali več anketiranih gasilcev meni, da so dovolj izobraženi na področju gasilstva in so na intervenciji delo znali razdeliti med ljudi, ki so prišli pomagat.***

Iz dobljenih rezultatov (grafikon 10) lahko razberemo, kako so anketiranci ocenili zastavljeno trditev, ki se je glasila, da so delo znali razdeliti med vse ljudi, ki so prišli pomagat. Večina anketiranih gasilcev (81 %) je trditev ocenila z oceno 4 (pogosto) ali z oceno 5 (zelo pogosto). Le 5 % anketiranih je ocenilo, da niso nikoli oz. da so redko znali delo razdeliti med vse ljudi, ki so prišli pomagat. Izračunano povprečje znaša 4,1 in kaže na dobro organiziranost gasilcev pri njihovem delu. Dobljeni rezultati se ujemajo s tem, kar sem pričakovala.

V nadaljevanju sem anketirancem zastavila vprašanje, na katerega so lahko odgovorili z da ali ne. Zastavljeno vprašanje se je glasilo, ali menijo, da so dovolj izobraženi ter usposobljeni na področju gasilstva za nudenje pomoči ob takšnih nesrečah. Dobljeni rezultati (grafikon 23) so pokazali, da je kar 76 % anketiranih izbralo odgovor da, malo manj kot petina anketiranih (24 %) pa je izbrala odgovor ne, kar pomeni, da menijo, da niso dovolj izobraženi ter usposobljeni na področju gasilstva za nudenje pomoči.

Zgoraj opisani rezultati so pokazali, da večina anketiranih gasilcev meni, da so dovolj izobraženi na področju gasilstva za nudenje pomoči. Prav tako menijo, da so delo znali razdeliti med ljudi, ki so prišli pomagat. Na podlagi tega lahko potrdim šesto hipotezo.

Sedma hipoteza se je glasila, ***da je bilo več kot 70 % anketiranih gasilcev zadovoljnih, da so lahko pomagali ljudem v tej stiski in da so čutili močno povezanost ter dobro sodelovanje med vsemi gasilci.***

Zanimalo me je, ali so bili anketirani gasilci zadovoljni, da so lahko pomagali ljudem v stiski. Dobljeni rezultati so pokazali (grafikon 17), da je kar 99 % anketirancev izbralo oceni 4 in 5, kar pomeni, da so bili pogosto oz. zelo pogosto zadovoljni, da so lahko pomagali ljudem v stiski. Le 1 % anketiranih je trditev ocenil z oceno 3 (občasno). Pričakovala sem visok odstotek, rezultati so moja pričakovanja potrdili. Izračunano povprečje je zelo visoko in znaša 4,8. Iz izkušenj članov domačega gasilskega društva lahko povem, da so se vsi gasilci, ki so odšli pomagat ljudem v poplavih avgusta 2023, vrnili domov utrujeni, a zelo zadovoljni, da so priskočili na pomoč ljudem v stiski.

Naslednja trditev se je nanašala na sam odnos med gasilci ter njihovo sodelovanje (grafikon 18). Zastavljeno trditev, da so čutili močno povezanost in dobro sodelovanje med vsemi gasilci, je največ anketirancev prav tako ocenilo z najvišjima ocenama (4 – pogosto, 5 – zelo pogosto), delež je znašal kar 97 %. Rezultati so podobni rezultatom prejšnjega grafikona, saj pri obeh ni noben anketirani gasilec izbral oceni 1 (nikoli) in 2 (redko). Izračunano povprečje je prav tako visoko ter znaša 4,7. Takšne rezultat sem tudi pričakovala, saj gasilci dobro sodelujemo z drugimi društvi po Sloveniji in si radi delimo izkušnje. Brez sodelovanja in povezanosti tudi ne bi tako hitro rešili ljudi in vsaj nekoliko umirili nastalo situacijo. Dobro sodelovanje gasilcev, njihovo povezanost med seboj in »tovarištvo« je v intervjuju izpostavila tudi gasilka Vladimira Bučevc.

Zgoraj opisani rezultati kažejo, da je velika večina bila zadovoljnih, da lahko pomagajo ljudem v stiski (99 %), in so čutili močno povezanost ter dobro sodelovanje med vsemi gasilci (97 %), zato lahko potrdim sedmo hipotezo.

Osmo hipotezo se je glasila, ***da je več kot 80 % anketiranih gasilcev začutilo hvaležnost ljudi, ki so jim pomagali.***

Anketirance sem prosila, da ocenijo trditev, da so ljudje, ki so jim pomagali, bili zelo hvaležni. Iz dobljenih rezultatov (grafikon 19) lahko razberemo, da noben anketiran gasilec ni izbral oceni 1 (nikoli) in 2 (redko), kar 94 % anketiranih je izbralo oceni 4 (pogosto) in 5 (zelo pogosto). Izračunano povprečje je visoko, saj znaša 4,6. Iz tega lahko sklepamo, da so gasilci čutili hvaležnost ljudi, ki so jim pomagali. Tudi s pomočjo medijev smo lahko spremljali dogajanje na terenu. Večkrat smo lahko videli in slišali, kako so se ljudje zahvaljevali gasilcem (npr. s transparenti in različnimi napisi) ter z majhnimi dejanji hvaležnosti (npr. za reševalce in gasilce so spekli pecivo in jih pričakali z navdušenjem, jim mahali ob cestah ob prihodu in odhodu ...).

Ker v takšnih težkih situacijah ljudje doživljajo veliko čustveno stisko, lahko tudi pride do trenutkov, ko težko obvladajo svoja čustva in pride npr. do izbruhov jeze. Iz grafikona 20 vidimo, da se je to zgodilo le redko, saj je takšne reakcije ljudi doživelo (pogosto oz. zelo pogosto) le 3 % anketiranih gasilcev.

O tem sem povprašala tudi intervjuvanko, ki je povedala, da je bilo veliko pozitivnih reakcij, misli, odzivov. Ljudje so želeli pomagati, tisti, ki niso utrpeli škode, so napekli veliko peciva, ki so ga potem razdelili tako med reševalce kot tudi med ogrožene ljudi. Omenila je tudi, da so nekateri ljudje v stiski odreagirali z jezo (na primer komentar, da so pri sosedih naredili več kot pri njih; da jih dolgo časa ni bilo ...). Ljudje so se kasneje opravičili, saj so tako odreagirali nenamerno in zaradi lastne stiske.

Na podlagi opisanih rezultatov lahko potrdim osmo hipotezo, saj so rezultati pokazali, da je kar 94 % anketiranih gasilcev občutilo hvaležnost pomoči potrebnih ljudi.

Zadnja hipoteza se je glasila, ***da več kot 60 % anketiranih gasilcev meni, da imajo dovolj psihološkega znanja za nudenje pomoči v nesrečah in kriznih dogodkih ter da tudi gasilci potrebujejo psihosocialno pomoč po nesrečah in kriznih dogodkih.***

Anketirancem sem zastavila vprašanje, ali menijo, da imajo dovolj psihološkega znanja za nudenje pomoči v nesrečah in drugih kriznih dogodkih. Pri tem vprašanju sem želela predvsem

poizvedeti o tem, kako gasilci ocenjujejo svoje znanje na področju psihološke pomoči. Iz grafikona 24 vidimo, da je večina anketiranih gasilcev (61 %) izbrala odgovor, da nimajo dovolj psihološkega znanja in bi potrebovali več znanja s tega področja. Ostali anketirani gasilci (39 %) so izbrali odgovor, da menijo, da imajo dovolj psihološkega znanja.

Intervjuvanko sem povprašala, ali so gasilci bili deležni kakšnih izobraževanj o tem, kako v takšnih primerih nuditi psihološko pomoč drugim in kako pomagati samemu sebi. Rekla je, da je to del izobraževanja, ki jih imajo vse reševalne enote. Če zaupniki, ki opravljajo razbremenilne pogovore, ocenijo, da bi kdo potreboval več pomoči, ali je primer hujši, se potem obrnejo na telefonsko številko 112. Povedala je tudi, da nekateri še ne želijo pomoči v obliki razbremenilnih pogovorov ali zadev ne poznajo, tisti, ki pa so že sodelovali v razbremenilnem pogovoru, pravijo, da so koristni in jim je po njih lažje.

Zadnje vprašanje v spletni anket se je glasilo: *Ali menite, da tudi gasilci potrebujejo psihosocialno pomoč po nesrečah in drugih kriznih dogodkih?* Anketirancem sem ponudila dva možna odgovora, in sicer da ali ne. Iz grafikona 26 vidimo, da je pritrdilno odgovorilo kar 92 % anketiranih gasilcev, le 8 % anketiranih meni, da gasilci ne potrebujejo takšne vrste pomoči. Menim, da je nudenje pomoči v kriznih situacijah, več dni zapored, v težkih razmerah zelo naporno, zato bi potrebovali pomoč tudi gasilci in drugi reševalci. V takih situacijah se mi zdi pomembno nudenje psihosocialne pomoči, ki lahko pomaga, da se deležniki nekoliko odmaknejo in odmislijo prizore, ki so jih videli na terenu, oz. se razbremenijo. Tudi iz strokovne literature izhaja, da naravne in druge nesreče vplivajo na reševalce. Pri reševanju doživijo stres, ki ga lahko ustrezno obvladajo na različne načine. Najprej ga lahko reševalci poskusijo sami uspešno rešiti, nekateri travmatični dogodki pa presegajo njihove zmožnosti, zato morajo poiskati pomoč drugje (Lavrič in Štirn, 2016: 91).

Na podlagi zgoraj opisanih podatkov lahko delno potrdim deveto hipotezo, saj samo 39 % anketiranih gasilcev meni, da imajo dovolj psihološkega znanja za nudenje pomoči ob nesrečah in drugih kriznih dogodkih, vendar pa kar 92 % anketiranih gasilcev meni, da tudi gasilci potrebujejo psihosocialno pomoč po nesrečah in v kriznih dogodkih.

5.0 ZAKLJUČEK

V sklopu raziskovalne naloge sem pridobila novo teoretično znanje o psihosocialni pomoči v nesrečah in kriznih dogodkih in na kakšen način so le-te lahko deležni tudi gasilci, ki so pogosto v vlogi prvih reševalcev. S pomočjo lastnega raziskovanja sem dobila boljši vpogled v to, na kakšen način so gasilci pomagali ljudem v poplavah avgusta 2023 in kaj so sami ob tem doživljali. Ker so v zadnjih letih naravne katastrofe pogostejše, se mi zdi pomembno, da se govori in raziskuje tudi te teme.

Na podlagi empiričnega dela raziskovalne naloge sem prišla do naslednjih pomembnih spoznanj in zaključkov:

- vsi anketirani gasilci so mnenja, da je njihovo poslanstvo in delo pomembno oz. zelo pomembno;
- najpogostejše intervencije gasilcev so pomoč pri poplavah, gašenje požarov in pomoč pri dovažanju vode in potrebne hrane, pogosto se pojavijo še druge delovne naloge;
- kar 88 % anketiranih gasilcev je nudilo pomoč v poplavah avgusta 2023 in od njih se je večina (79 %) odločila pomagati takoj, ko so dobili poziv;
- v poplavah avgusta 2023 so gasilci pomagali na različne načine, najpogostejše so črpali vodo iz poplavljenih hiš ter čistili ceste in poti;
- 87 % anketiranih gasilcev je ocenilo, da so jih prizadele stiske ljudi, ki so jih videli;
- okrog 15 % anketiranih gasilcev je pogosto oz. zelo pogosto doživljalo občutke strahu in nemoči ter podoživljalo dogajanje na terenu zvečer pred spanjem;
- približno 70 % anketiranih gasilcev se je pogovarjalo o dogajanju na terenu z drugimi gasilci in s svojimi najbližjimi, kar je pozitivno, saj je pogovor eden od načinov prve psihološke pomoči reševalcem po kriznih dogodkih in travmatičnih izkušnjah;
- 80 % anketiranih gasilcev zase nikoli ni poiskalo psihološke pomoči, ko so čutili, da jo potrebujejo;
- 76 % anketiranih gasilcev meni, da imajo dovolj znanja na področju gasilstva, po drugi strani pa jih 61 % ocenjuje, da nimajo dovolj psihološkega znanja za nudenje pomoči v nesrečah in drugih kriznih dogodkih;
- velika večina (92 %) anketiranih gasilcev meni, da gasilci potrebujejo psihosocialno pomoč po nesrečah in v drugih kriznih dogodkih, vendar je le-te bilo deležnih 8 % anketiranih gasilcev.

Dobljeni rezultati so zanimivi in kažejo na to, da si gasilci v nesrečah in drugih kriznih dogodkih želijo več psihosocialne pomoči in tudi znanja s tega področja, da bi lahko pomagali drugim in sebi. Glede na to, da je 80 % anketiranih gasilcev odgovorilo, da zase niso nikoli poiskali psihološke pomoči, čeprav so čutili, da jo potrebujejo, se postavlja vprašanje, zakaj je temu tako. Morda si tovrstne pomoči ne upajo poiskati, jim je nerodno, ali pa se jim zdi takšna oblika pomoči težko dostopna. Temu bi po mojem mnenju veljalo v prihodnosti dati več pomena in poudarka, saj so gasilci tudi sami zapisali, da so »krvavi pod kožo«, kar pomeni, da se tudi njih čustveno dotaknejo krizni in travmatski dogodki, ki jih vidijo pri svojih intervencijah. Potrebno bi bilo več spodbude gasilcem, da se udeležijo usposabljanj za zaupnike in se lahko potem pogostejše znotraj delovnih organizacij opravljajo individualni ali skupinski razbremenilni pogovor. To je bila tudi oblika psihosocialne pomoči, ki so se je anketiranci največkrat udeležili.

Ta raziskovalna naloga bi bila primerna in zanimiva za vse reševalne enote, ki so nudile pomoč na poplavljenih območjih, da bi še z drugih zornih kotov videli preostale izkušnje gasilcev. Menim tudi, da bi bila zanimiva in poučna za vse, da bi bolj cenili in spoštovali delo in vlogo gasilcev.

Za nadaljnje raziskovanje bi bilo zanimivo raziskati, kako bolj vključevati nudenje psihosocialne pomoči v izobraževanje gasilcev in kako uporabiti pridobljeno znanje v praksi; kako bi se lahko ljudje bolje pripravili na morebitne poplave, da ne bi bili gasilci in druge reševalne enote tako obremenjeni, ter ugotoviti, kakšno je mnenje o gasilcih in njihovem poslanstvu med ostalim civilnim prebivalstvom. Menim, da je to zelo plemenito in pomembno poslanstvo, zato upam, da bo čim več mladih nadaljevalo z njim.

6.0 LITERATURA

- *Gasilec – predstavitev poklica*. Dostopno na: <https://www.mojazbira.si/poklici/gasilec>, sneto dne: 28. 9. 2023.
- *Gasilsko društvo – društvo, ki je vredno vseh pohval*. <https://www.bohinj-park-hotel.si/gasilsko-drustvo-drustvo-ki-je-vredno-vseh-pohval/>, sneto dne: 30. 9. 2023.
- Jeršin Tomassini, K. in Janžekovič, M. (2015). *Geografija 9 (elektronski vir): i-učbenik za geografijo v 9. razredu osnovne šole*. Ljubljana: Zavod RS za šolstvo.
- Lavrič, A. in Štirn, M. (2016). *Psihosocialna pomoč po nesrečah in drugih kriznih dogodkih. Priročnik za vsakdanjo rabo*. Ljubljana: Uprava RS za zaščito in reševanje.
- *Naravne nesreče*. Dostopno na: <https://oddezzjaksoncu.splet.arnes.si/naravne-nesrece/>, sneto dne: 10. 10. 2023.
- *Nudenje psihosocialne podpore v času krize pandemije koronavirusa covid-19. Smernice za psihologe*. Dostopno na: http://www.dps.si/wp-content/uploads/2020/05/2_Psihosocialna-podpora.pdf, sneto dne: 15. 10. 2023.
- *Tipi poplav in njihovi vplivi*. Dostopno na: <https://vode.arso.gov.si/visfrim/blog/tipi-poplav-in-njihovi-vplivi/>, sneto dne: 15. 10. 2023.
- Tomat, V. (2014). *Gasilska šola Žiri / Medvode / Murska sobota*. Dostopno na: <https://gasilec.net/wp-content/uploads/2020/05/Gasilske-%C5%A1ola.pdf>, sneto dne: 28. 9. 2023.
- *Zgodovina gasilstva*. Dostopno na: <https://gasilec.net/zgodovina/>, sneto dne: 28. 9. 2023.

7.0 PRILOGI

- Priloga 1: Anketni vprašalnik o intervencijah in doživljanju gasilcev ob nudenju pomoči v poplavih meseca avgusta 2023
- Priloga 2: Zapis intervjuja z gasilko Vladimiro Bučevac

Priloga 1

ANKETNI VPRAŠALNIK O INTERVENCIJAH IN DOŽIVLJANJU GASILCEV OB NUDENJU POMOČI V POPLAVAH MESECA AVGUSTA 2023

Pozdravljeni,

sem Zala Bertalanič in obiskujem OŠ Sveti Jurij. V letošnjem šolskem letu želim raziskati, kako ste gasilci doživljali dogajanje in nudenje prve pomoči v primeru naravne katastrofe – poplav meseca avgusta 2023. Anketa je anonimna, zato Vas prosim, da ste pri odgovorih iskreni. Hvala že vnaprej za Vaše sodelovanje in čas.

Spol (Ustrezno označite.): M. Ž.

V katero starostno kategorijo spadate?

- a) Do 29 let.
- b) 30–44 let.
- c) 45–59 let.
- d) 60–74 let.
- e) 75 let ali več.

Iz katere regije prihajate? (Napišite.) _____

Član, katerega gasilskega društva ste: _____

Kako se ukvarjate z gasilstvom (ustrezno obkrožite)?

- a) Sem prostovoljni gasilec.
- b) Sem poklicni gasilec.
- c) Drugo (Zapišite.): _____.

Kako dolgo se ukvarjate z gasilstvom?

- a) Do 15 let.
- b) Od 15 do 25 let.
- c) Od 26 let do 35 let.
- d) Več kot 35 let.

1. **Kdo Vas je spodbudil, da postanete gasilec (lahko izberete več odgovorov)?**

- a) Družina in/ali sorodniki.
- b) Prijatelji.
- c) Člani našega gasilskega društva.
- d) Bil je moj lasten interes.
- e) Drugo:_____.

2. **Kako pomembno se Vam zdi poslanstvo in delo gasilcev (napišite oceno od 1 – sploh ni pomembno do 5 – zelo je pomembno)?** Vaša ocena:_____.

3. **V spodnji tabeli so navedene različne intervencije, s katerimi se lahko soočate gasilci. Za vsako od njih ocenite, kako pogosto se vključujete v take intervencije. Izbirajte med ocenami od 1 (nikoli) do 5 (vedno).**

Trditev	Ocena 1 (Nikoli.)	Ocena 2 (Redko.)	Ocena 3 (Včasih.)	Ocena 4 (Pogosto.)	Ocena 5 (Zelo pogosto.)
Gašenje požarov.					
Pomoč v naravnih nesrečah – poplavih.					
Pomoč v naravnih nesrečah – plazovih.					
Pomoč v naravnih nesrečah – potresih.					
Pomoč pri prometnih nesrečah.					
Reševanje živali.					
Pomoč pri dovažanju vode in potrebne hrane.					
Drugo (Prosim, napišite.):					

4. **Ali ste nudili pomoč v poplavih meseca avgusta 2023? (Ustrezno obkrožite.)**

- a) DA.
- b) NE.

5. **Kako ste odreagirali, ko ste bili poklicani v intervencijo, da bi pomagali pomoči potrebnim ljudem v poplavih? (Ustrezno obkrožite.)**

- a) Takoj sem odšel na intervencijo.
- b) Najprej sem preveril, kakšno je stanje pri nas doma, in se nato odločil.
- c) Odločil sem se pomagati zaradi spodbude sogasilcev.
- d) Drugo (Prosim, napišite.):_____.

6. Na kakšen način ste pomagali na območju poplav? (Lahko izberete več odgovorov.)

- a) Črpal sem vodo iz poplavljenih hiš.
- b) Dovažal sem pitno vodo in hrano za tamkajšnje ljudi.
- c) Čistil sem ceste in poti.
- d) Pomagal sem odvažati veje in podrta drevesa.
- e) Nudil sem prvo psihološko pomoč (ljudem in drugim gasilcem).
- f) Drugo (Prosim, napišite.):_____.

7. V spodnji tabeli so navedene različne trditve, ki se nanašajo na morebitno doživljanje gasilcev ob nudenju pomoči ob poplavah. Za vsako od njih ocenite, kako pogosto ste vi tako situacijo doživeli. Izbirajte med ocenami od 1 (nikoli) do 5 (zelo pogosto).

Trditev	Ocena 1 (Nikoli.)	Ocena 2 (Redko.)	Ocena 3 (Občasno.)	Ocena 4 (Pogosto.)	Ocena 5 (Zelo pogosto.)
Ustrezno sem znal umiriti svoja čustva na intervenciji.					
Nenehno sem mislil na družino.					
Delo sem znal razdeliti med vse ljudi, ki so prišli pomagat.					
Nerad sem govoril o svojih čustvih in dogodkih, ki sem jih videl.					
Pogovarjal sem se z drugimi gasilci o svojem doživljanju.					
Doživljal sem občutke strahu in nemoči.					
Prizadele so me stiske ljudi, ki sem jih videl.					
Zvečer pred spanjem sem podoživljal dogajanje (v mislih videl konkretne prizore ...).					
Poiskal sem zase psihološko pomoč, ko sem čutil, da jo potrebujem.					
Bil sem zadovoljen, da lahko pomagam ljudem v tej stiski.					
Čutil sem močno povezanost in dobro sodelovanje med vsemi gasilci.					

Ljudje, ki smo jim pomagali, so bili zelo hvaležni.					
Ljudje so odreagirali z jezo.					
S svojimi najbližjimi sem se pogovarjal o dogajanju na terenu.					

8. Za čigavo varnost Vas je najbolj skrbelo med intervencijo?

- a) Za svojo lastno varnost.
- b) Za ljudi, ki so jih prizadele poplave.
- c) Za varnost drugih gasilcev.
- d) Drugo (Prosim, napišite.): _____.

9. Menite, da ste dovolj izobraženi ter usposobljeni na področju gasilstva za nudenje pomoči ob takšnih nesrečah?

- a) DA.
- b) NE.

10. Ali menite, da imate dovolj psihološkega znanja za nudenje pomoči v nesrečah in drugih kriznih dogodkih.

- a) DA, menim da imam dovolj psihološkega znanja.
- b) NE, potreboval bi več znanja s tega področja.

11. Ali ste bili deležni kakšne psihosocialne pomoči (npr. razbremenilnih pogovorov ...) po nujenju pomoči ljudem v poplavah?

- a) DA.
- b) NE.

12. a) Če ste odgovorili z DA, napišite, kakšna je bila ta pomoč: _____ .

13. Ali menite, da tudi gasilci potrebujejo psihosocialno pomoč po nesrečah in drugih kriznih dogodkih?

- a) DA.
- b) NE.

13. a) Če ste na prejšnje vprašanje odgovorili da, Vas prosim, da svoj odgovor utemeljite.

HVALA ZA VAŠ ČAS IN ODGOVORE!

Priloga 2

ZAPIS INTERVJUJA Z GASILKO VLADIMIRO BUČEVEC

1. Najprej Vas prosim, da se na kratko predstavite (starost, poklic, kako dolgo ste gasilka ...).

»Uradno sem Vladimira Bučevac, vendar me večina kliče Vladka. Sem učiteljica razrednega pouka na PŠ Zgornji Tuhinj, sicer pa že več kot 45 let prostovoljna gasilka v PGD Kamnik, ki je enota širšega pomena. Na gasilskem področju sem se veliko izobraževala, tako da sem zdaj visoka gasilska častnica I. stopnje. Najprej sem se bolj ukvarjala z gasilsko mladino, kasneje s članicami zvez na različnih nivojih, tudi na Gasilski zvezi Slovenije. Sicer sem operativna gasilka in zadnja leta gasilska zaupnica.«

2. Zanima me, katere so bile Vaše prve misli in reakcije, ko ste se znašli v letošnji naravni katastrofi (poplave meseca avgusta)?

»Želela sem si, da bi se ljudje rešili na varno in da se nobenemu gasilcu ne bi nič zgodilo. V dežurni sobi, kjer sem bila prvi dan, so radijske zveze skoraj pregorele od dogodkov, ki so se vrstili. Po drugi strani pa se mi je zdelo skoraj neverjetno, da se to dogaja pri nas, saj smo v preteklosti take dogodke gledali le po televiziji.«

3. Na kakšen način ste bili kot gasilka vključeni v nudenje pomoči ljudem v stiski?

»Najprej sem bila prisotna kot operater (dispečer) v kraju, kjer živim, nisem pa članica tega društva. Potem sem šla opraviti razbremenilni pogovor z dvema gasilcema iz naše enote, saj so na intervenciji naleteli na žrtev poplave. Kasneje sem pomagala v PGD Kamnik v sektorju prehrane, kjer smo imeli organizirano prehrano tako za reševalne enote kot za ljudi na prizadetih področjih. Odšla sem v društvo, kjer so gasilci potrebovali psihološko pomoč ter opravila nekaj razbremenilnih pogovorov. Izkazalo se je, da tudi civilno prebivalstvo potrebuje psihološko pomoč. Po tem so me poklicali v štab civilne zaščite kot koordinatrico in organizatorico psihološke pomoči. To delo sem uradno opravljala do srede, 16. avgusta, ko je na skupnem sestanku z ZD Kamnik in Centrom za duševno zdravje odraslih Domžale moje delo prevzela vodja centra zdravja v Kamniku, vendar sem klice prejemale še naslednjih nekaj dni.«

4. Kako ste doživljali dogajanje takrat in sedaj, ko je minilo že nekaj časa (čustva, misli, skrbi ...).

»Na začetku, ko sem opravila razbremenilne pogovore, sem spoznala tako stisko reševalcev kot tudi ljudi na terenu. Sama sem bila na vseh področjih na terenu, tako da sem poznala ljudi in situacijo. Veliko je bilo stiskov rok, ljudje so bili veseli, da so lahko z nekom spregovorili. Po drugi strani sem bila tako vpeta v delo, da sploh nisem razmišljala o tem, kako se jaz ob tem počutim. Sedaj, ko so stvari že nekoliko odmaknjene, sem predvsem hvaležna, da sem lahko pomagala. Me pa skrbi za ljudi, ki še vedno ne morejo domov, ker nimajo kam. Skrbi me za ljudi, ki se morajo ob deževju umakniti iz hiš na plazovitem območju.«

5. Kakšne izkušnje oz. kakšno je bilo doživljanje drugih gasilcev, ki jih vi poznate in so bili vključeni v intervencije?

»Izkušnje gasilcev so različne. Na primer iz naše enote so reševali sredi noči iz turističnega naselja, niso vedeli, kje se kdo nahaja, slišal se je jok otrok, klici na pomoč, voda je bila povsod ... Iz drugega društva so gasilci ostali ponoči med dvema plazovoma in niso vedeli, ali se bodo lahko rešili. Govorili so tudi o reševanju celotnih družin, kjer gasilci niso bili prepričani, če se bo vsem skupaj uspelo rešiti na varno. Po pogovoru v enem izmed društev so imeli člani takšno energijo, da do konca niso več potrebovali nobene pomoči, saj so trdili, da jim je po pogovorih lažje.«

6. Kako so vaša pomoč sprejeli ljudje, ki so bili v stiski (njihovi odzivi, komentarji, reakcije ...) Ali ste doživeli tudi kakšne negativne reakcije?

»Veliko je bilo pozitivnih reakcij, misli, odzivov, hvaležnosti. Tisti, ki praktično niso imeli nič, so želeli nekaj ponuditi. Ti, ki niso bili neposredno utrpeli škode, so napekli veliko peciva, ki smo ga potem razdelili ne le med reševalce, ampak tudi med ogrožene ljudi, kar jim je dalo dodatne energije. So bili pa tudi ljudje, ki so v stiski odreagirali z jezo (na primer komentar: da so pri sosedih naredili več kot pri njih, da nas dolgo časa ni bilo...). To negativno stisko seveda moramo razumeti, saj je pri vseh prva reakcija nekakšen strah, zato želijo pomoč takoj. Nekateri ljudje so se kasneje opravičili, ker so tako odreagirali nenamerno.«

7. Ali ste bili tudi gasilci deležni kakšne vrste pomoči (npr. psihološke), da ste se lahko razbremenili? Če da, na kakšen način.

»Da, smo bili deležni pomoči. Preko civilne zaščite smo zaprosili za psihološko pomoč tako za civilno prebivalstvo kot tudi za gasilce. Prišli so psihologi iz enote za psihološko pomoč Civilne zaščite in so nudili pomoč civilnemu prebivalstvu, kasneje pa še trem enotam gasilcev. Ker je bilo ljudi v stiski veliko in jim je bilo potrebno čim prej pomagati, sem se obrnila na Center za duševno zdravje odraslih Domžale. Psihologinja in psihiatrinja iz Domžal sta bili pripravljene ob mojih klicih, v urgentnih primerih, kadarkoli priskočiti na pomoč. Na koncu so psihologi enote za psihološko pomoč CZ opravili pogovor še z vodji intervencije. Julija Pelc, ki je tudi članica te enote, mi je ob ponovnih obilnih padavinah napisala, če je vse v redu, kar pomeni, da so ti usposobljeni ljudje res pripravljeni priskočiti na pomoč in posredovati, če bo potrebno.«

8. Ali ste bili gasilci pred tem že deležni kakšnih izobraževanj o tem, kako v takšnih primerih nuditi psihološko pomoč?

»Da, to je del izobraževanja, ki ga organizira Uprava za zaščito in reševanje. Takšna izobraževanja imajo vse reševalne enote, tako policisti kot gasilci, jamarski reševalci, gorski reševalci. Če zaupniki, ki opravljamo razbremenilne pogovore, ocenimo, da bi kdo potreboval več pomoči, ali je primer hujši, se obrnemo na telefonsko številko 112, da psihološko pomoč v obliki razbremenilnih pogovorov nudijo psihologi Enote za psihološko pomoč CZ. Nekateri še ne želijo pomoči v obliki razbremenilnih pogovorov ali zadev ne poznajo. Tisti, ki so že sodelovali v razbremenilnem pogovoru, pravijo, da so koristni in jim je po njih lažje.«

9. Ali opazate, da je na Vas oz. drugih članih gasilskega društva pustil ta dogodek določene vtise, skrbi, strahove ...?

»Zagotovo so ostali določeni vtisi in spomini. Iz pogovorov oz. klepetov z gasilci sem izvedela, da ni pretiranih travm zaradi teh dogodkov, seveda pa se pojavijo določena čustva, kar je popolnoma normalno. Gotovo se določen strah pojavi ob napovedi novega deževja. Je pa tako, da ljudje različno odreagiramo na določen dogodek. Tisti, ki ima več izkušenj, gotovo drugače kot nekdo, ki se prvič sreča s travmatično izkušnjo.

Sama ne čutim strahov ali skrbi, saj s športom, meditacijo in humorjem poskrbim za razbremenitev.«

10. Imate še kakšno svoje opazanje ali mnenje, ki ga nisem zajela v prejšnjih vprašanjih?

»Želela bi samo, da bi bila ta vrsta pomoči bolj znana, ker so gasilci vedno bolj obremenjeni tako z zasebnimi življenji kot tudi s takimi intervencijami. Veliko v tej smeri je naredila Suzana Anžur, sicer poklicna gasilka in zaupnica. Na njeno pobudo in v dogovoru z dr. Andrejo Lavrič so vsebine z naslovom Psihološka podpora in pomoč v sistemu ZiR objavljene v vsaki številki revije Gasilec.

Gasilci se veliko izobražujemo, imamo temeljna in dodatna znanja, da smo suvereni na intervencijah.

Še vedno se nazivamo tovariši. Tovariš si, ko zaupaš tovarišu svoje življenje. Ko rešuješ v požaru, poplavih, si odvisen od njega. In nenazadnje, marsikateri gasilec je ostal brez premoženja in brez svojega doma, a je kljub temu šel pomagat drugim ljudem.«