

# SPECIFIC TERMS OF PSYCHOLOGICAL CONSULTING OF FIREFIGHTERS

*Afanasieva N.E.*

*PhD, Associate Professor at the Department of Psychology of activity in  
special conditions of  
Ukrainian National University of Civil Defense  
(Kharkiv)*

## **ABSTRAKT**

V článku je představena autorská varianta psychotechnologie psychologického konzultování členů hasičského záchranného sboru. Vypracovaný přístup se opírá o výsledky výzkumů domácích a zahraničních vedců. Při jeho vývoji byl brán zřetel na specifické psychologické rysy chování dané kategorie klientů. V článku je rovněž popsán algoritmus interpretace biografických záznamů klienta, aktualizace a verbalizace jeho trauma-tického zážitku.

## **ABSTRACT**

The article presents the author's way of psychological technique for psychological consulting of the mem-bers of fire brigade. Elaborated approach is based on results of domestic and foreign scientists' research. While developing this approach the specific features of psychological behavior of this category of clients were taken into account. The article also describes an algorithm for interpreting biographical records of the client, updating and verbalizing of his traumatic experience.

**Klíčová slova:** psychologické konzultování, psychotechnologie, členové hasičského záchranného sboru, al-goritmus interpretace.

**Keywords:** psychological consultation, psychological technique, firefighters, interpretation algorithm.

**Formulace problému.** Členové hasičského zá-chranného sboru vykonávají svojí pracovní činnost v mimořádných situacích a v situacích se zvýšeným rizikem, a proto je u nich otázka nutnosti odborného psychologického konzultování a sledování opakovaně vznikajících problémů stále aktuální. Právě z tohoto důvodu

je důležité vypracovávat a nepřetržitě zdokonalovat psychotechniky u konzultací s členy hasičského záchranného sboru.

Během konzultování s pracovníky SSMS Ukrajiny se potvrdily specifické rysy psychologického portréту záchranářů, jež popsal ještě Larcev M. A.: byl patrný záměrně projevovaly a výrazně typický chlap-ský typ chování, přiměřená agrese, do určité míry přehnané obtížné stránky povolání, popírání psycho-logických reakcí na stres atd. [1; 2].

Specifické rysy zmíněné výše způsobují určité komplikace během psychologického konzultování. Vypracovali jsme strategii a taktiku práce, vybrali jsme speciální metody a psychotechnické prostředky, přičemž jsme brali v potaz specifické rysy osobnosti a chování členů hasičského záchranného sboru.

**Cílem** článku je popis a odůvodnění psychotechnologie psychologického konzultování členů hasičského záchranného sboru.

**Stat'.** Během psychologického konzultování členů hasičského záchranného sboru jsme používali následující strategii:

- vytvoření zóny důvěry, navazování bezpečného kontaktu;
- vytvoření stavu psychické a fyzické pohotovosti;
- odreagování psychologicky traumatického materiálu;
- uvědomění psychologicky traumatických zkušeností, integrace postižené části osobnosti do ucelené osobnosti, transformace systému hodnot a přesvědčení, reální vnímání situace, která se odehrála, hledání pozitivních aspektů události;
- zformování nového modelu chování, sociální adaptace, vytvoření nových představ o budoucnosti.

Vytvoření zóny důvěry spočívá ve vnímání klienta jako zajímavého a kreativního člověka. V této fázi se žádné techniky neaplikují, traumatický materiál se nerozebírá, mluví se o rodině, o dětství, koníčcích - klient by se měl cítit bezpečně; v této fázi stačí používat zapojení a řízení.

Po nastolení důvěrných vztahů člen hasičského záchranného sboru subjektivně popisuje svůj stav jako pokles zájmu o problémy každodenního života,

hovoří o komplikacích v rodinných vztazích, zmiňuje zvýšenou podrážděnost, výbuchy zlosti.

Ve druhé fázi psychologického konzultování jsme pro šetrný a opatrný přístup k traumatickým zkušenostem klienta aplikovali techniky zaměřené na vytvoření a upevnění stavu psychické a fyzické pohotovosti. Vzhledem k tomu, že u členů hasičského záchranného sboru můžeme pozorovat únavu, vyčerpání, a obsah traumatického materiálu sám od sebe vyžaduje velké psychologické úsilí, práce s vytvořením stavu psychické a fyzické pohotovosti je nejdůležitější etapou během psychologického konzultování dané kategorie klientů.

Upevnění stavu psychické a fyzické pohotovosti přináší klesnutí napětí, úzkosti, nadměrné kontroly a ostražitosti u klienta. Právě v této fázi se vzpomínky o traumatu aktualizují a odreagování od traumatických zkušeností se stává možným.

Jednou z podstatných fází práce s klientem je odstranění chybných představ. Hlavní chybnou představou členů hasičského záchranného sboru je tvrzení o tom, že “opravdový chlap nemůže a nemá právo nebýt silný a stěžovat se”. Často je také přítomný pocit viny za předpokládanou chybu při výkonu práce. Je nutné pozměnit podobu takových představ tak, aby se staly správnými.

Dalším specifickým rysem psychologického konzultování členů hasičského záchranného sboru je skutečnost, že i při četných větších psychologických problémech, které způsobí nepohodlí, klesnutí efektivity práce a kvality života, se tato kategorie klientů neobrací na odborníky s prosbou o pomoc. Za účelem toho, aby rozsah problémů osobnosti byl zřetelný a obsah strukturovaný, je nutná verbalizace absolvovaných událostí, uvědomění a odreagování od pocitů, vznik fenoménů katarze a insightu, což je možné pouze při komunikaci s konzultantem. Složitost organizace tohoto procesu nás přiměla k tomu, abychom pracovali nad vytvořením nových psychotechnických přístupů, které by podporovaly sdělovací schopnosti záchranářů. Pro perzonifikaci problému, abychom ho zviditelnili, pojmenovali a probrali jeho vliv na život, jsme použili tématické fotografie. Je to sada fotografií s různými událostmi ze života a pracovních činností, pomocí

kterých je možné aktivovat verbalizaci biografického kontextu klienta, určit stupeň problematiky, aktuální otázky a ty části psychiky, které jsou momentálně traumatické a vyžadují psychologické zpracování pomocí psychologické konzultace. Klientovi se ukáže sada snímků (50 kusů), ze které si vybírá 5 až 7, které u něho vyvolávají nejsilnější emocionální reakci libovolní modalitě. Dále ho požádáme o to, aby popsal, co vidí v “rozšířené” verzi. To značí říct, co se dělo před zobrazenou situací, co se děje teď i co podle něj bude dále nasledovat, čím se situace ukončí. Za účelem aktualizace osobních zkušeností klienta se používají různé psychotechnické metody: dotazování, aktivní naslech, převyprávění, podpora, empatie atd. Hlavním cílem této etapy konzultace je získání maximálního množství emocionálně zabarvených bio-grafických informací. Fotografické snímky v tomto případě hrají roli stimulantu aktivizujícího asociace mezi “obrázkem” a osobními zkušenostmi.

Traumatická zkušenost, která byla pomocí foto-grafií reprodukována a verbalizována, nám umožnila přístup k osobnostním fenoménům, které jsou potřebné při transformaci a optimalizaci. V procesu aktualizace biografického příběhu dochází k oddělení člověka od problému, jeho externizace dovoluje náhled na situaci ze strany a umožňuje projev znalostí a dovedností, které se dříve nacházely v problem-atickém poli. Ve výsledku se členové hasičského záchranného sboru osvobozují od destruktivních dopadů pocitu viny, studu a můžou vzít odpovědnost za své činy a transformaci. Vyjdou najevo smysly, hodnoty, cíle, sny a možnosti člověka, osvětluje se historie je-jich vzniku a vývoje. Ve výsledku se formuje “bezpečné teritorium totožnosti”, člověk se může podívat na svůj život z jiné perspektivy, distancovat se od absolvovaných (zpravidla traumatických) zážitků a uvědoměle se rozhodnout, měnit svůj život žádaným směrem.

Epizody, které o sobě klient vypráví, se jeví býti silným nástrojem k seznání a kontemplaci života, a to proto, že určují, co přesně zdůrazňuje a pamatuje si, následně to, jak hodnotí proběhlé a jak vzhlíží k budoucímu. To, jakými konkrétně budou tyto epizody, závisí od toho, na jaké události z fotografií klient zaměřil svou

pozornost, jak jich mezi sebou propojil, jaký smysl jim přidal, do jaké míry se s příběhem identifikoval a jaký subjektivní smysl do příběhu vložil.

Ve výsledku se konzultant snaží klientovi pomoci rozlišit zkušenosti, které neodpovídají problematickému příběhu, objevit alternativní znalosti a dovednosti, které tyto zkušenosti skrývají, a vytvořit dříve “neviditelné” události z příběhu o sobě a své identitě. Klient se musí cítit jako tvůrce svého života, schopný tento život ovlivňovat, měnit negativní představy o sobě a vytvářet nový, pozitivní vztah k sobě.

Abychom vytvořili alternativní příběh, je nutné zaměřovat pozornost klienta na unikátní epizody jeho života. Jedná se o cokoli, co není součástí problematického příběhu a nepodporuje ho. Mezi unikátní epizody patří záměry, plány, činnosti, vyjádření, postoje, vlastnosti, přání, touhy, myšlenky, schopnosti, rozhodnutí atd.; mohou se nacházet v minulosti, současnosti nebo budoucnosti. Při postupném nalezení většího a většího počtu podobných unikátních epizod vzniká nový “antiproblemový” příběh s alternativním obsahem.

Algoritmus analýzy obsahu příběhu.

Při zpracování obsahu obdržných příběhů, dělíme všechna data na činy, které způsobil hrdina, tj. “klíčový subjekt” příběhu, postava, ze kterou se zpravidla ztotožňuje klient, a činy způsobené okolím.

1. “Hrdina”, hlavní postava. První část analýzy příběhu je zaměřená na určení postavy, se kterou se klient ztotožňuje. Je to postava, o kterou má klient zjevný zájem, postoj, pocity a motivy této postavy jsou detailně a vnímavě popsány a rozebrány. On (ne-bo ona) je zpravidla jedinou postavu, která se ke klientovi z ohledu osobnostních charakteristik, věku, pohlaví, postavení nebo roli hodí, která sdílí všechny jeho pocity a cíle. Postavou nazývanou “Hrdina” (bez ohledu na to, zda je to muž nebo žena) je zpravidla osobnost, která na fotografických snímcích hraje hlavní roli nebo má centrální postavení v tom, co se děje, a která se ze začátku do konce o celou situaci zajímá. Pokud většina příběhů má víc než jednu hlavní postavu, znamená to zpravidla, že identifikace klienta se může s vývojem příběhu měnit; dvě silné stránky osobnosti subjektu mohou být

představeny pomocí dvou různých postav. V tomto případě mluvíme o vnitřním konfliktu; klient může sestavit příběh, ve kterém postava slyší nebo povídá o tom, co se stalo jiné postavě (která je klientovi sympatická).

Klient se může ztotožňovat s postavou opačného pohlaví a takovým způsobem vyjadřovat část své osobnosti. (V takových případech, pokud se jedná o muže, vypovídá to o jeho silné ženské složce, pokud se jedná o ženu, tak o její silné mužské složce).

Může se stát, že žádná zřetelná postava v příběhu nebude, všechny postavy budou zvýrazněné stejně. V tomto případě postava není součástí osobnosti klienta, ale popisuje jeho okolí. Jinými slovy, klient se s hlavní postavou neztotožňuje, popisuje ji jako nes-tranný pozorovatel.

2. Záměry, tendence a pocity postav. Dalším cílem interpretace je uchopení co největšího počtu detailů a informací o každé postavě. Konzultant si může zvolit jakýkoliv způsob popisu a určení reakcí postav. Může analyzovat chování pomocí koncepčních schémat, která odhalují psychologické variace, nebo může zůstat jen u určení několika zásadních charakter-istik. Zvolená metoda záleží jen na tom, co se chceme o klientovi dozvědět.

3. Síly, které působí v okolí postavy. Konzultant sleduje nejen detaily, ale i příběh celkově, přičemž se zvláště soustředí na vztahy s postavami, které jsou v konfrontaci s hlavním hrdinou. V této fázi je potřeba se zaměřit na specifické rysy, intenzitu, frekvenci a chybějící zásadní společné prvky. Fyzickým objektům a jiným postavám, které nejsou na fotografických snímcích, ale v příběhu klienta jsou přítomny, je nutné věnovat zvláštní pozornost.

4. Výstup. Další důležitou otázkou je porovnání síly, kterou má hrdina, a síly vlivu okolního prostředí. Při zkoumání každé události, každé interakce okolností a povinností z hlediska hrdiny, konzultant musí ohodnotit počet problémů a úsilí ve vztahu k dosažení úspěchu nebo neúspěchu a určit, jaký je procentuální poměr zdařilých a marných pokusů.

5. Téma. Interakce potřeb hrdiny a vlivů okolí společně s výsledkem (úspěchem nebo neúspěchem) tvoří poměrně jednoduché téma. Kombinace

jednoduchých témat tvoří komplexní téma. Při zkoumání postavy a okolí zvlášť musíme zohledňovat poruchy těchto základních elementů v každém konkrétním případě. Dále budeme sledovat, s jakými potřebami a pocity jsou nejčastější vlivy okolí spojeny. Tudíž ve výsledku má konzultant seznam nejdůležitějších témat, která vynikají svojí intenzitou, výjimečností, jasností a úrovní vysvětlování.

6. Zájmy a vztahy. Musíme je zkoumat zvlášť, a to z toho důvodu, že autor přenáší své zájmy a vztahy nejen na postavy, ale i na volbu tématu příběhu a způsob, kterým se příběh vyvíjí.

7. Tematická rekonstrukce obrazu světa klienta. To je způsob úplné interpretace příběhů, který spojuje a zobecňuje všechny předchozí etapy. Tento přístup zkoumání příběhů klienta je založen na aplikování metod sémantické analýzy literárních textů. Všechny příběhy jednoho klienta se považují za jeden text. Úkol spočívá v tom, abychom vyčlenili téma - sémantickou invariantu textu.

**Závěr.** Psychotechnologie psychologického konzultování je vypracována s ohledem na následující specifické rysy členů hasičského záchranného sboru: oni jsou “podmíněně připraveni” na zvládnutí mimořádných situací, protože se ve stavu napětí nacházejí pořád; členové hasičského záchranného sboru nežadají o psychologickou pomoc; mají vysokou úroveň sebekontroly; usilují o vytvoření a podporování romantického obrazu silného a ušlechtilého muže. S ohledem na tyto specifické rysy jsme do značné míry pozměnili tradiční přístupy ke konzultování dané kategorie klientů.

**Možnosti budoucích výzkumů.** Následujícím krokem našeho výzkumu je vypracování metod analýzy logické struktury příběhu klienta a jeho obsahových (fakultativních) ukazatelů.

## **Literatura**

1. Ларцев М. А. Психофизиологический профессиональный отбор и периодический психофизиологический контроль персонала аварийно-спасательных формирований: [методические рекомендации] / Ларцев М. Л. – М.: ВЦМК «Защита». 1996. – 60 с.

2. Ларцев М. А. Психофизиологическое обеспечение участников ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций: [практическое руководство / под ред. члена-корреспондента РАМН С. Ф. Гончарова]. – М. : ФГУ «ВЦМК «Защита», 2005. – 212 с.