

Izvori psihičkog stresa i psihološka potpora vatrogascima nakon potresa na području Sisačko-moslavačke županije 2020. godine

Sources of psychological stress and psychological support to firefighters after the earthquake in Sisak-Moslavina County in 2020

Zoran Šimić, mag. psych.

SAŽETAK

Snažan potres koji je koncem 2020. godine zahvatio područje Sisačko-moslavačke županije uvjetovao je angažiranje velikog broja vatrogasaca ne samo s područja zahvaćenog potresom nego i angažiranje dodatnih vatrogasnih snaga s područje cijele Republike Hrvatske. Vatrogasci su tijekom ublažavanja posljedica potresa bili izloženi visoko stresnim i potencijalno traumatskim situacijama. Djelovanje različitih izvora stresa ima negativan utjecaj na tjelesno i psihičko zdravlje vatrogasaca. Vatrogascima je pružena psihološka potpora na terenu s ciljem ublažavanja posljedica djelovanja psihičkog stresa i prevencije razvoja težih psihičkih teškoća. Iskustva nakon potresa i sličnih kriznih situacija pokazuju da je u sustavu vatrogastva potrebno razviti snažan sustav psihološke potpore vatrogasaca nakon vatrogasnih intervencija, a osobito u situacijama velikih nesreća i katastrofa. Cilj ovog rada je prikazati temeljne izvore psihičkog stresa kod vatrogasaca na vatrogasnim intervencijama nakon potresa, način pružanja psihološke potpore vatrogascima na području zahvaćenom potresom u Sisačko-moslavačkoj županiji, te istaknuti značaj planiranja i organizacije psihološke potpore u kriznim situacijama.

Ključne riječi: psihološka pomoć, potres, vatrogasci, psihički stres, Sisačko-moslavačka županija

Summary

An earthquake of 6.2 magnitude shook the Sisak-Moslavina County. Seven people were killed and over 2,000 buildings were demolished. Firefighters from the hit area were the first to go out into the field and face the aftermath of the earthquake. During earthquake remediation, firefighters encounter highly stressful and potentially traumatic situations. They are exposed to various sources of stress that have a negative impact on their physical and mental health. The negative impact of psychological stress was particularly pronounced among firefighters from the area hit by the earthquake as they found themselves in a dual role, as victims and as rescuers. Firefighters were provided with psychological support directly in the field and several psychological crisis interventions were conducted with firefighters who were directly exposed to highly stressful and potentially traumatic situations. The goal of psychological support is to alleviate the effects of psychological stress, and to prevent the occurrence of severe psychological difficulties. Such and similar crisis situations show that it is necessary to develop an effective system of prevention and psychological support to firefighters in crisis situations in the firefighting system.

Key words: *psychological help, earthquake, firefighters, psychological stress*

UVOD

Introduction

Područje Sisačko-moslavačke županije pogodio je dana 28. prosinca 2020. godine u 6 sati i 28 minuta jak potres magnitude 5.0 prema Richteru s epicentrom kod Petrinje. Slijedili su ga jak i prilično jak potres magnituda 4.7 i 4.1 u 7 sati i 49 minuta te u 07 sati i 51 minutu, kao i niz slabijih potresa. Nažalost, oni su bili samo prethodni potresi najjačem udaru, razornom potresu koji se dogodio 29. prosinca 2020. godine u 12 sati i 19 minuta. Magnituda ovog potresa iznosila je 6.2 prema Richteru i time je jedan od dva najjača instrumentalno zabilježena potresa u Republici Hrvatskoj (od 1909. godine). Potres se osjetio diljem Hrvatske i u okolnim zemljama, a intenzitet u epicentru preliminarno je ocijenjen na VIII-IX stupnjeva EMS ljestvice (PMF 2020). Prema podacima Ministarstva unutarnjih poslova u potresu je smrtno stradalo sedam osoba, a dvadesetak osoba je ozlijeđeno (Civilna zaštita 2021), te je oštećeno oko 40.000 stambenih objekata (SMŽ 2021).

Zbog načina organizacije rada 24/7/365 vatrogasci predstavljaju udarnu snagu kada su u pitanju intervencije

u kriznim situacijama, pa tako i intervencije vezane uz nastanak i posljedice potresa. Potres predstavlja složeni događaj u kojem je s ciljem ublažavanja posljedica potresa angažiran veliki broj vatrogasaca i čiji angažman traje u pravilu znatno duže vrijeme u odnosu na druge vrste vatrogasnih intervencija.

PSIHIČKI STRES KOD VATROGASACA – Psychological stress of firefighters

Posao vatrogasaca je jedan od najstresnijih poslova. Različiti su izvori psihičkog stresa koji općenito negativno djeluju na vatrogasce (Šimić 2012). Potres većeg intenziteta koji za posljedicu ima ozlijeđene i/ili smrtno stradale osobe, te uzrokuje veću materijalnu štetu, predstavlja visoko stresnu situaciju za većinu ljudi pa tako i za vatrogasce. Uz različite izvore psihičkog stresa kod vatrogasaca, vatrogasci u odnosu na građane pogođene posljedicama potresa su dodatno izloženi psihičkom stresu uslijed vatrogasnih aktivnosti koje obavljaju na području zahvaćenom potresom, a osobito aktivnostima spašavanja iz ruševina (Šimić 2019).

Izvori psihičkog stresa vatrogasaca nakon potresa mogu biti:

- prekid javnih komunikacija, otežana ili u potpunosti onemogućena komunikacija s građanima
- otežano održavanje veze među vatrogascima
- veći broj unesrećenih osoba koje neodgodivo trebaju pomoć
- spašavanje teško ozlijeđenih i zbrinjavanje smrtno stradalih osoba iz ruševina
- veliki broj zahtjeva za intervencijom i odgovornost u određivanju prioriteta intervencija
- neizvjesnost pojave novih podrhtavanja tla i nastanka potresa
- stihijski dolazak i neorganizirano djelovanje volontera u području djelovanja vatrogasaca
- otežana logistička potpora
- povećan rizik od ozljeđivanja vatrogasaca
- izostanak odmora i dovoljne količine sna
- neredovita i/ili nekvalitetna prehrana
- trajanje dnevnih aktivnosti znatno duže od uobičajenog radnog vremena

- frustracija nemogućnošću pružanja adekvatne pomoći građanima uslijed nedovoljnih ljudskih i materijalnih resursa
- rad u otežanim meteo uvjetima
- istovremena pojava više kriznih događaja koji imaju negativan utjecaj na vatrogasnu intervenciju (u ovom slučaju potres i pandemija koronavirusa)
- moguće teškoće u koordinaciji s drugim snagama civilne zaštite koje djeluju na području pogođenom potresom
- pritisci građana tijekom određivanja prioriteta u intervencijama
- pritisci građana za pružanje pomoći koja nije u nadležnosti vatrogasaca
- balans između obitelji i profesionalnih obveza (pritisak obitelji)
- negativna percepcija budućnosti i nepovjerenje prema institucijama u brz oporavak od posljedica potresa
- nedostatak odgovarajuće opreme
- odgovornost zapovjednika za sigurnost građana i vatrogasaca
- komunikacija s građanima koji su pod djelovanjem psihičkog stresa
- odnosi s javnošću i medijima i pritisak medija / senzacionalističko izvješćivanje
- nedovoljno medijsko isticanje zasluga ili pripisivanje doprinosa vatrogasaca drugima
- obavljanje poslova koji nisu primarno u domeni vatrogasnog posla i
- osjećaj nesigurnosti i gubitka kontrole nad događajima u okolini.

Pored navedenih izvora psihičkog stresa osobito je važno istaknuti posebnosti psihičkog stresa vatrogasaca koji žive i rade na području pogođenom potresom. Oni su istovremeno bili u dvojnoj ulozi, u ulozi stradalnika u potresu i ulozi vatrogasca - spašavatelja. Naći se u takvoj ulozi je izuzetno nezahvalno jer s jedne strane se nalazi obitelj vatrogasca i njegova imovina koja je ugrožena, a s druge životni poziv - vatrogastvo. Potres na Banovini je dokazao da su vatrogasci u punom smislu te riječi - profesionalci. Bez obzira na katastrofu koja je zadesila njih osobno i nji-

hove obitelji, vatrogasci s područja pogođenog potresom stavili su se u službu građana i spašavanja njihovih života i imovine. Uz uobičajene izvore stresa koji prate vatrogasni posao, dodatni izvori psihičkog stresa za vatrogasce s područja pogođenog potresom su:

- stavljanje interesa zajednice ispred interesa vlastite obitelji i vlastite imovine
- neizvjesnost dužine trajanja kriznog događaja (iscrpljenost, nedostatak odmora i sna)
- uslijed gubitka vlastitog doma, gubitak udobnosti i mogućnosti adekvatnog odmora
- neizvjesnost vezana uz nastavak rada i života na području pogođenom potresom uslijed oštećenja/ uništenja domova ili osiguranja egzistencije
- izloženost pritiscima sugrađana u određivanju prioriteta intervencije
- svjedočenje patnjama i boli bliskih osoba/rodbine i sugrađana koje poznajete
- zabrinutost zbog učestalog podrhtavanja tla i mogućnosti nastanka novih potresa koji dodatno izazivaju devastaciju objekata na području ranije pogođenom potresom
- nedostatak vremena za kvalitetan san i odmor zbog potrebe za rješavanjem privremenog smještaja vlastite obitelji ili popravka / sanacije oštećenja vlastitog objekta u kojem živi vatrogasac s obitelji.

Ono što je zajedničko vatrogascima s područja zahvaćenog potresom i vatrogascima koji su stigli kao ispomoć "domaćim" vatrogasnim snagama je izloženost riziku od mogućnosti naknadnog urušavanja (Gorički 2014).

PSIHOLOŠKA POTPORA VATROGASCIMA NA PODRUČJU ZAHVAĆENOM POTRESOM - Psychological support for firefighters in the area affected by the earthquake

Zbog izloženosti vatrogasaca visokoj razini psihičkog stresa uslijed intervencija vezanih uz posljedice potresa, vatrogasci predstavljaju rizičnu skupinu za razvoj različitih psihičkih teškoća. Kod određenog broja vatrogasaca koji

su bili izloženi traumatskim događajima, moguća je pojava težih psihičkih poremećaja poput depresije ili posttraumatskog stresnog poremećaja (PTSP) koji u nekim slučajevima mogu rezultirati pokušajem suicida ili suicidom.

Organizacija i provedba psihološke potpore vatrogascima odvija se na strateškoj, taktičkoj i operativnoj razini (Šimić 2013). Vatrogascima koji su bili angažirani na ublažavanju posljedica potresa bila je osigurana psihološka potpora koja se provodila na operativnoj razini, neposrednim obilaskom vatrogasaca na terenu i u prostoru javnih vatrogasnih postrojbi na području pogođenom potresom. Tijekom obilaska vatrogasaca provedeno je i nekoliko psiholoških kriznih intervencija s vatrogascima koji su neposredno sudjelovali u visoko stresnim i potencijalno traumatskim situacijama. Psihološke krizne intervencije imaju preventivnu ulogu u sprečavanju nastanka težih i dugotrajnijih psihičkih teškoća ili psihopatoloških poremećaja koji se kod određenog broja ljudi mogu javiti nakon kriznog događaja (Raphael i Wilson 1993).

Model pružanja psihološke potpore neposredno na terenu je model koji se pokazao izuzetno funkcionalnim i učinkovitim u vojnom sustavu kakav danas, uz primjerice Izrael, ima i veliki broj zapadnih zemalja. Sličan model psihološke potpore koji se pokazao dokazano učinkovitim, razvijen je i u Hrvatskoj vojsci tijekom Domovinskog rata (1991.-1995.) kroz model djelovanja oko 200 postrojbenih psihologa unutar postrojbi Hrvatske vojske (Pavlina, Komar i dr. 2000.)

Vrlo važna specifičnost područja zahvaćenog potresom u psihološkom smislu je činjenica da je područje



Slika 1. Vatrogasci na intervenciji spašavanja žrtve potresa (Foto: P. Prpić)
Figure 1. Firefighters at an earthquake rescue intervention (Photo: P. Prpić)

Sisačko moslavačke županije tijekom Domovinskog rata bilo zahvaćeno ratnim zbivanjima na način da su se na tom prostoru odvijala bojna djelovanja, te da su građani tog područja, a time i vatrogasci i njihove obitelji, bili izloženi ratnim stradanjima i progonstvu. Posljedice potresa u mnogo elemenata podsjećaju na posljedice ratnih događanja i bojnih djelovanja tijekom Domovinskog rata (izravna ugroženost života i zdravlja ljudi, lakše ili teže ozlijeđene i smrtno stradale osobe, oštećenja i rušenja stambenih i drugih objekata, prekid opskrbe energentima, nemogućnost boravka u vlastitom domu, privremeni smještaj u neadekvatnim uvjetima, potreba za humanitarnom pomoći, napuštanje mjesta prebivališta i odlazak u udaljenija područja diljem Republike Hrvatske ili inozemstva i sl.). Bolna i visoko stresna (za mnoge i traumatska) iskustva tijekom Domovinskog rata mogla su dvojako utjecati na ponašanja i psihički doživljaj potresa. S jedne strane proživljena iskustva tijekom Domovinskog rata mogu imati pozitivan utjecati na proces prilagodbe nakon potresa i ublažavanja psihičkog stresa. S druge strane sličnost potresa s ratnim zbivanjima kod određenog broja osoba može biti okidač za ponovno proživljavanje traumatskih doživljaja i uslijed tog negativnog iskustva otežati prilagodbu na posljedice potresa.

ZAKLJUČAK

Conclusions

Kvalitetno organiziran sustav psihološke prevencije i potpore vatrogasaca, značajno ublažava posljedice djelovanja psihičkog stresa tijekom vatrogasnih intervencija, a osobito umanjuje mogućnost pojave posttraumatskog stresnog poremećaja (Fushimi 2012). Iskustva nakon potresa i drugih sličnih kriznih situacija pokazuju da je potrebno u sustavu vatrogastva razviti učinkovit sustav psihičke prevencije i pružanja psihološke potpore vatrogascima u kriznim situacijama, bez obzira radi li se o svakodnevnim vatrogasnim intervencijama ili o velikim nesrećama i katastrofama.

Sustav pružanja psihološke potpore vatrogascima treba osim organizacijskog okvira osigurati i dovoljan broj stručnih i educiranih psihologa za rad s vatrogascima i za rad u kriznim uvjetima koji trebaju postati sastavni dio vatrogasne organizacije i imati jasnu prepoznatljivost na terenu u kriznim situacijama. Provedbom preventivnih aktivnosti potrebno je osnažiti psihičku otpornost vatrogasaca jer posljedice psihičkog stresa mogu, ako se pojedinac uspješno nosi sa stresom, potpuno izostati ili čak djelovati i pozitivno (Petz 1992).

LITERATURA

References

1. Civilna zaštita. 2021: <https://civilna-zastita.gov.hr/vijesti/potres-kod-petrinje-3357/3357> (preuzeto, 25. lipnja 2021.)
2. Fushimi, M, 2012: *Posttraumatic Stress in Professional Firefighters in Japan: Rescue Efforts after the Great East Japan Earthquake (Higashi Nihon Dai-Shinsai)*. *Prehosp Disaster Med*, Vol 27, No 5, p. 1-3
3. Gorički, Z, 2014: *Analiza opasnosti i mjere zaštite pri spašavanju iz ruševina*. *Vatrogastvo i upravljanje požarima*, Vol 4, No 1, p. 60-70.
4. Pavlina, Ž & Z. Komar. (ur.) 2000: *Vojna psihologija, priručnik za hrvatske časnike, knjiga prva*. MORH, Zagreb
5. Petz., B, 1992: *Psihologijski rječnik*. Prosvjeta, Zagreb
6. PMF 2020: *Geofizički odsjek, Zagreb* https://www.pmf.unizg.hr/geof/seizmoloska_sluzba/mjesec_dana_od_glavnog_petrinjskog_potresa (preuzeto, 24. lipnja 2021.)
7. Raphael, B & J.P. Wilson, 1993: *Theoretical and intervention consideration in working with victims of disaster*, *International handbook of traumatic stress syndromes*. Plenum Press, New York.
8. SMŽ. 2021: *Broj oštećenih objekata* <https://www.smz.hr/images/stories/potres/izvjesce0107.pdf> (preuzeto, 24. lipnja 2021.)
9. Šimić, Z, 2012: *Psihološki stres kod vatrogasaca*. *Vatrogastvo i upravljanje požarima*. Vol 2, No 1, p. 26-37.
10. Šimić, Z, 2013: *Psihološka potpora vatrogasaca na strateškoj, taktičkoj i operativnoj razini vođenja i zapovijedanja*. *Vatrogastvo i upravljanje požarima*, Vol 3, No 2, p. 4-13.
11. Šimić, Z, 2019: *Psihički stres vatrogasaca u akcijama spašavanja iz ruševina*. *Vatrogastvo i upravljanje požarima*, Vol 9, No (1-2), p. 28-36.

Primljeno: 07. lipnja 2021. godine

Received: June 07, 2021

Prihvaćeno: 28. lipnja 2021. godine

Accepted: June 28, 2021