

# **PRIMARNI UKREPI NA PSIHOSOCIALNEM PODROČJU DELA SINDIKATA POLICISTOV SLOVENIJE**

**Adil Huselja  
Jelka Smrekar**

**Ljubljana, 5. junij 2014**

# POLICIJSKI STRES KOT POSLEDICA:

## 1. neravnovesja med zahtevami okolja in sposobnostmi policistov

- vsakodnevne obremenilne situacije
- nenehni ponavljajoči se obremenilni dogodki
- psihofizično stanje in kondicija

## 2. življenjske ogroženosti (izpostavljenost policistov)

## 3. travme (sestavni del policijskega vsakdanjika)

# PROGRAM PSIHOSOCIALNE ZAŠČITE SPS

- Skrb za članice in člane sindikata
- Program dopolnjuje systemske ukrepe Policije
- Aktivnosti dopolnjujejo in nadgrajujejo osnovne – systemske naloge sindikata

# PROGRAM PSIHOSOCIALNE ZAŠČITE SPS

1. Pravna pomoč – delovnopравни postopki
2. Solidarnostna pomoč – socialne stiske
3. Psihosocialna zaščita (podpora, pomoč)
  - razgovori
  - razbremenilni razgovori
  - psihosocialno svetovanje
  - promocija in spodbuda za strokovno pomoč psihologa in psihiatra

# PRIMARNI UKREPI

1. Osveščanje in opozarjanje na problematiko in proaktiven pristop
2. Osnovna predavanja »Policijski stres – med teorijo in prakso«
3. Celodnevne delavnice „Policijski stres med teorijo in prakso“
4. Strokovni posveti
5. Sodelovanje v projektih

# CELODNEVNE DELAVNICE 2012/2013 „POLICIJSKI STRES MED TEORIJO IN PRAKSO”

- 15 delavnic: 206 udeležencev (2012 – 3, 2013 – 12)
- prostovoljna udeležba
- 8-urna delovna obveza (dejavnost v obojestransko korist)
- pozitiven odziv in zadovoljstvo udeležencev

# CELODNEVNE DELAVNICE 2012/2013

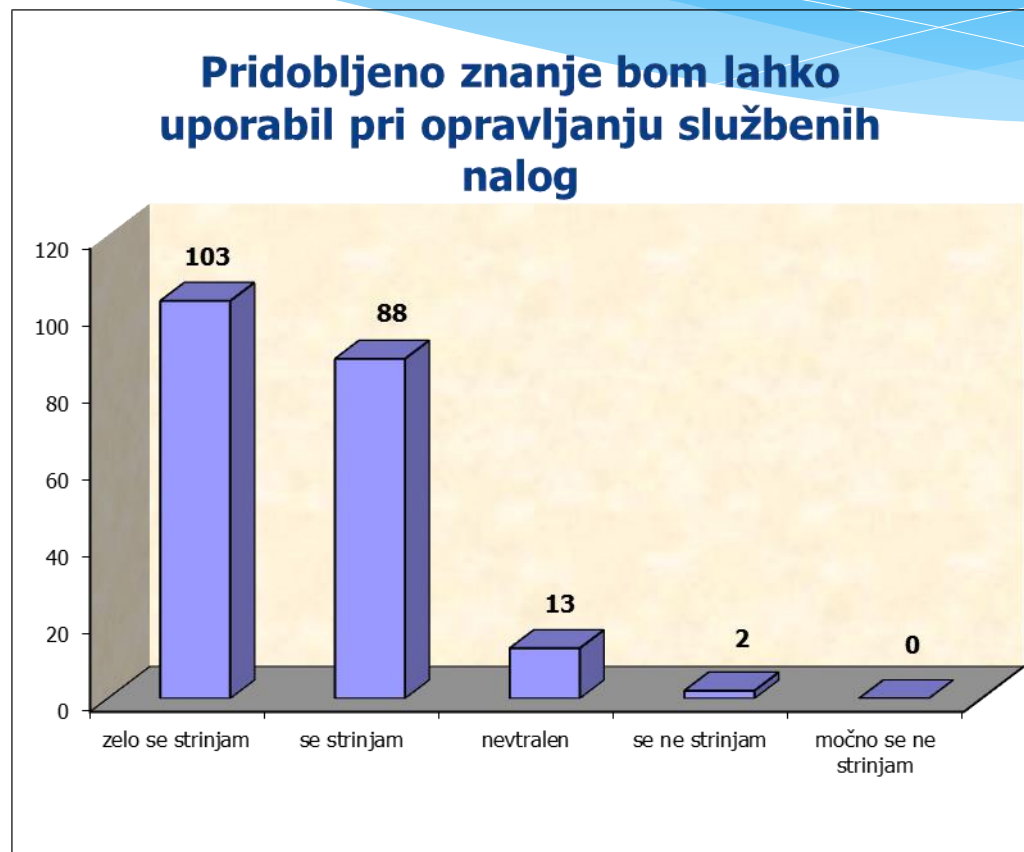
## „POLICIJSKI STRES MED TEORIJO IN PRAKSO“

### Zadovoljen sem s celotno organizacijo dogodka



# CELODNEVNE DELAVNICE 2012/2013

## „POLICIJSKI STRES MED TEORIJO IN PRAKSO“

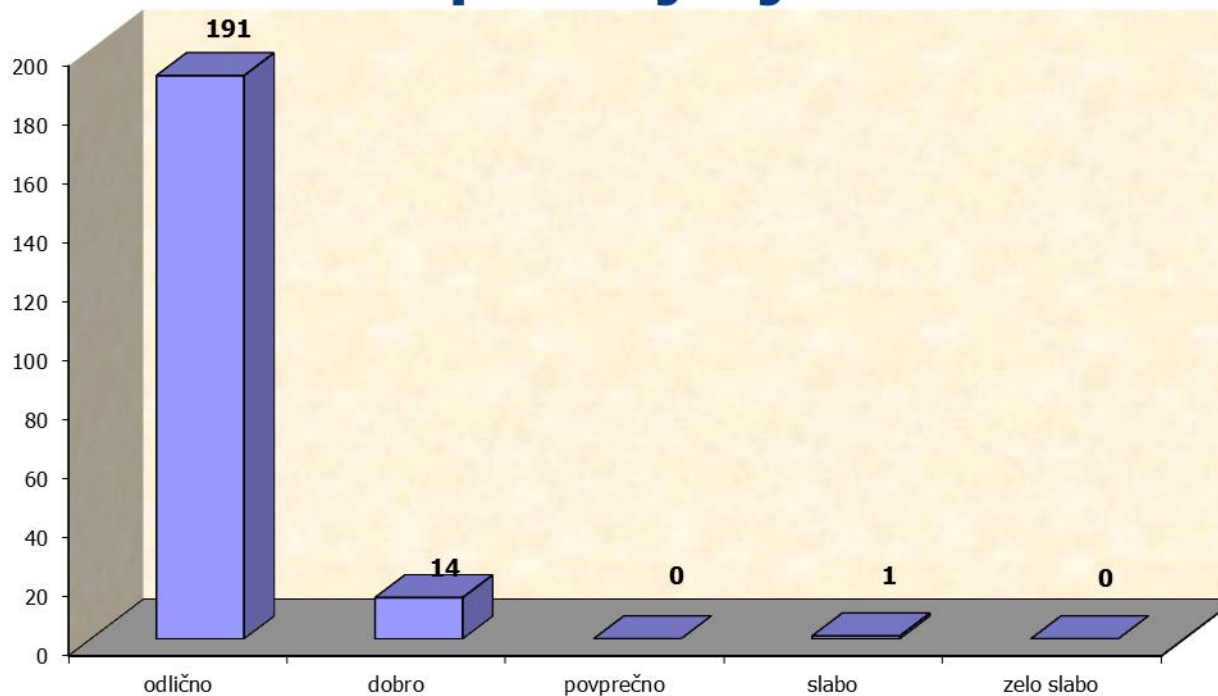




# CELODNEVNE DELAVNICE 2012/2013

## „POLICIJSKI STRES MED TEORIJO IN PRAKSO“

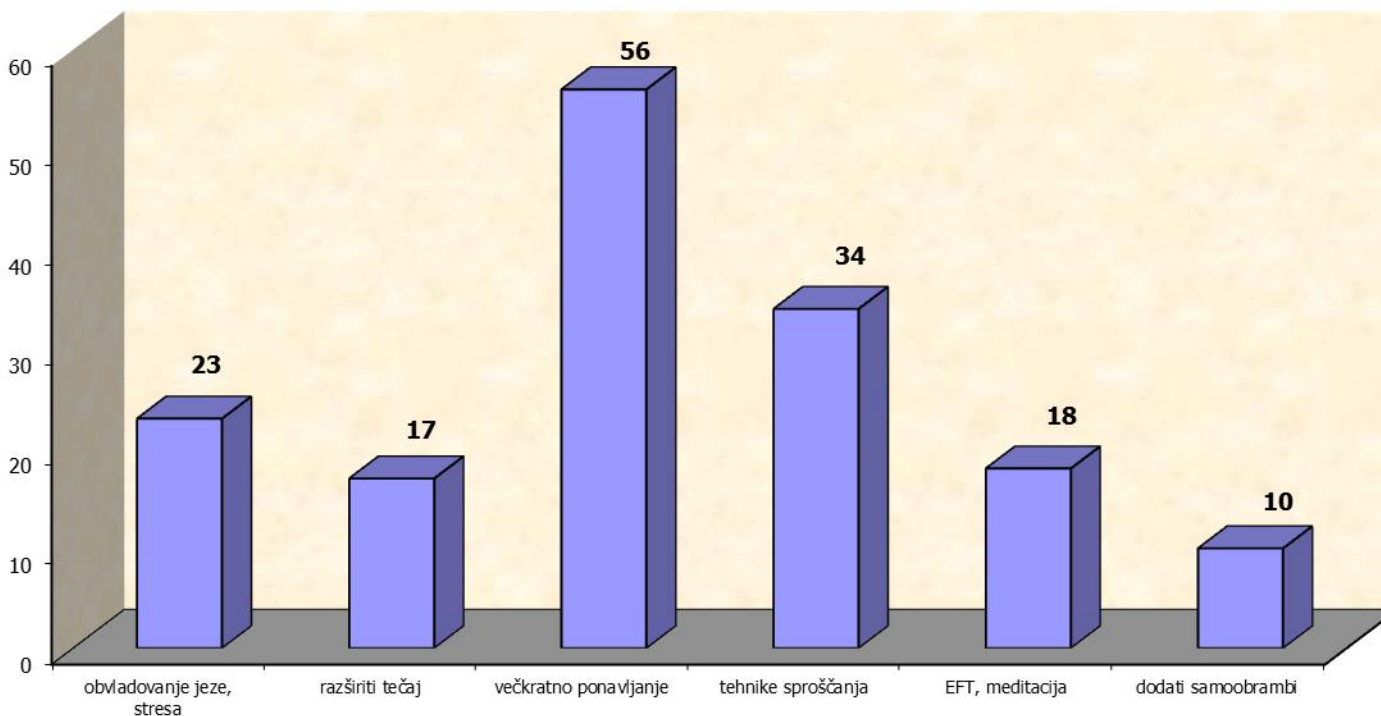
### Kako bi ocenili celotno usposabljanje?



# CELODNEVNE DELAVNICE 2012/2013

## „POLICIJSKI STRES MED TEORIJO IN PRAKSO“

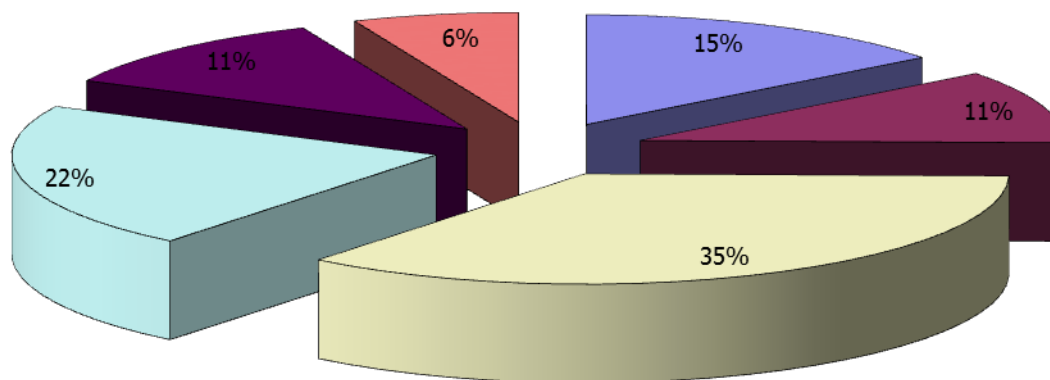
**Katerim temam bi bilo potrebno po vašem mnenju nameniti več časa?**



# CELODNEVNE DELAVNICE 2012/2013

## „POLICIJSKI STRES MED TEORIJO IN PRAKSO“

**Katerim temam bi bilo po vašem mnenju nameniti še več časa**



■ obvladovanje jeze, stresa

■ razširiti tečaj

■ večkratno ponavljanje

■ tehnike sproščanja

■ EFT, meditacija

■ dodati samoobrambi

# CELODNEVNE DELAVNICE 2012/2013

## PREDLOGI UDELEŽENCEV

1. NADALJEVATI Z IZVAJANJEM TOVRSTNIH DELAVNIC
2. PRIPRAVITI NADALJEVALNE DELAVNICE
3. TA ZNANJA POSREDOVATI INŠTRUKTORJEM SAMOOBRAMBE, DA JIH VKLJUČIJO V VADBO
4. ENKRAT MESEČNO IZVAJATI TAKŠNE DELAVNICE ZA SPROSTITEV IN RAZREŠEVANJE TEŽAV

# KONZORCIJSKI PROJEKT 2013

- SPS, DARS, Inštitut Karakter – inštitut za osebnostne motnje in oblikovanje osebnosti
- Delavnica za vzdrževalce avtoceste DARS-a
- Dve celodnevni delavnici za člane sindikata
- Strokovni posvet CESTA KOT DELOVNO OKOLJE – SKUPAJ ZA VARNOST
- Skripta s področja prepoznavanja in obvladovanje stresa in posttravmatske stresne motnje (v pripravi)

## Ob koncu ...

- **Zadovoljstvo udeležencev delavnic potrjuje:**
  - pravilnost odločitve o ustanovitvi projektne skupine in delu na tem področju
  - strokovno raven delavnic
  - potrebo in željo uslužbencev policije po tovrstnem znanju
  - interes in motivacijo po učenju novih znanj
- **Udeležba delavnic vpliva na porast individualnih zaprosil za svetovanje in pomoč**

*„Ni najhuje pasti, najhuje je  
ostati na tleh. Poraženec je  
le tisti, ki obupa.  
Vsi drugi so zmagovalci!“*

*Paulo Coelho*