

Warszawa, 29 maja 2020 r.

PROGRAM WARSZTATÓW SZKOLENIOWYCH

„Być dowódcą w czasie i po pandemii – wyzwania, obowiązki i potrzeby.”

Warsztat dla dowódców JRG PSP woj. mazowieckiego

w ramach akcji psychologów PSP „Zadbaj o siebie i swoich bliskich w czasie i po pandemii”

Od 20 marca 2020 r. do odwołania, w Polsce obowiązuje stan epidemii. Już blisko 3 miesiące Światowa Organizacja Zdrowia i organy ds. zdrowia publicznego działają na rzecz powstrzymania COVID-19. Podejmując działania profilaktyczne i interwencyjne należy pamiętać, że pandemia niesie ze sobą nie tylko konsekwencje dla zdrowia i życia ludzi, ale także może poważnie wpłynąć na ich zdrowie psychiczne i funkcjonowanie społeczne.

Praca strażaka zawsze wiązała się z koniecznością działania pod presją, w trudnych warunkach, w silnym stresie, często z ekspozycją na sytuacje traumatyczne - związane z zagrożeniem życia i zdrowia. Wyjątkowość obecnej sytuacji polega na tym, że zagrożenie ma charakter globalny i dotyczy wszystkich, całego społeczeństwa - również ratowników i ich rodzin. Nie mamy doświadczenia, ani procedur na tego typu okoliczności. Jako społeczeństwo, a także jako służba nie mogliśmy przygotować się na działanie i skutki pandemii. Do tej pory nie zdarzała się u nas nawet podobna sytuacja.

Dla służb ratowniczych czas pandemii to czas mobilizacji dużej energii do działania, co z jednej strony daje poczucie sprawstwa i odsuwa trudne emocje, z drugiej zaś może doprowadzić do szybkiego wyczerpania. Epidemiolodzy przewidują, że mobilizacja sił będzie potrzebna jeszcze przez wiele tygodni. Proponowane warsztaty szkoleniowe rozpoczynają cykl spotkań psychoedukacyjnych w ramach akcji psychologów PSP „Zadbaj o siebie i swoich bliskich w czasie i po pandemii”.

Planowane warsztaty szkoleniowe będą prowadzone on-line, na platformie ZOOM. Uczestnicy zobowiązani są zadbać o odpowiedni sprzęt (komputer, słuchawki, mikrofon, kamera).

1. Celem warsztatów szkoleniowych jest:

- Wymiana doświadczeń kadry kierowniczej, nt. sytuacji trudnych (osobistych, prywatnych, społecznych i zawodowych), a związanych z realizacją zadań służbowych w czasie i po pandemii.
- Omówienie wpływu obecnej sytuacji kryzysowej na funkcjonowanie jednostki, grupy i instytucji.
- Dyskusja problemów z jakimi mogą zmagać się strażacy obecnie i po pandemii.
- Wskazanie skutecznych sposobów radzenia sobie z długotrwałym stresem.
- Prezentacja oferty wsparcia i pomocy psychologicznej realizowanej przez psychologów PSP oraz przez podmioty zewnętrzne.
- Określenie roli kadry kierowniczej w profilaktyce zdrowia psychicznego podwładnych.
- Diagnoza potrzeb i oczekiwań szkoleniowych.

2. Czas realizacji warsztatów:

Grupa 1: 23.06.2020r. godz. 9:30-12:00.

Grupa 2: 24.06.2020r. godz. 9:30-12:00.

Grupa 3: 25.06.2020r. godz. 9:30-12:00.

Podział na grupy w załączeniu Nr.1.

3. Miejsce realizacji warsztatów:

On-line. W załączeniu instrukcja łączenia się z aplikacją ZOOM.

4. Adresaci warsztatów:

Dowódcy JRG PSP woj. mazowieckiego.

5. Plan warsztatów:

GODZINY ZAJĘĆ	TEMATY ZAJĘĆ	PROWADZĄCY
9:30 - 9:40	Rozpoczęcie warsztatów.	st. bryg. Tomasz Król Naczelnik Ośrodka Szkolenia KW PSP w Warszawie
9:40 -10:30	Potrzeby i oczekiwania uczestników warsztatów szkoleniowych.	st. kpt. Anna Kubicka psycholog mazowieckiej komendy wojewódzkiej PSP
	Od stresu do kryzysu. Funkcjonowanie jednostki, grupy i instytucji w czasie pandemii. „Zyski i straty”.	
	Działalność interwencyjna, konsultacyjna i psychoedukacyjna psychologów SPP w PSP w czasie i po pandemii.	
	Rola kadry kierowniczej w profilaktyce zdrowia psychicznego strażaków i pracowników cywilnych PSP.	
10:30- 11:00	Jak zadbać o siebie? Skuteczne sposoby zarządzania energią życiową.	
11:00-11:25	Diagnoza potrzeb szkoleniowych z zakresu psychoedukacji - dla kadry kierowniczo-dowódczej, strażaków JRG PSP oraz pracowników cywilnych - w czasie i po pandemii .	
11:25-11:30	Podsumowanie i zakończenie warsztatów.	
11:30-12:00	Konsultacje indywidualne.	

6. Osoba do kontaktu:

st. kpt. Anna Kubicka: tel.: 783 934 809, e-mail: akubicka@mazowsze.straz.pl