Univerza v Ljubljani

Fakulteta za socialno delo

Saša Žitnik

Psihosocialna podpora in pomoč gasilcem Prostovoljnega gasilskega društva Litija po zahtevnih intervencijah

Magistrsko delo

Ljubljana, 2024

Univerza v Ljubljani

Fakulteta za socialno delo

Saša Žitnik

Psihosocialna podpora in pomoč gasilcem Prostovoljnega gasilskega društva Litija po zahtevnih intervencijah

Magistrsko delo

Mentorica: izr. prof. dr. Nina Mešl

Ljubljana, 2024

Najprej bi se rada zahvalila svoji mentorici, izr. prof. dr. Nini Mešl, za vso podporo in pomoč, ki mi jo je nudila med pisanjem magistrskega dela.

Zahvalila bi se tudi vsem sodelujočim gasilkam in gasilcem PGD Litija, saj so mi s svojimi obširnimi pripovedmi omogočili zbiranje dragocenega gradiva za mojo raziskavo.

Hvala moji družini in partnerju Andražu, ki so mi ves čas stali ob strani, verjeli vame in me na različne načine podpirali pri pisanju.

PODATKI O MAGISTRSKEM DELU

Ime in Priimek: Saša Žitnik

Naslov magistrskega dela: Psihosocialna podpora in pomoč gasilcem Prostovoljnega gasilskega društva Litija po zahtevnih intervencijah

Mentorica: izr. prof. dr. Nina Mešl

Kraj: Ljubljana

Leto: 2024

Št. strani: 91 **Št. prilog:** 3

Št. slik: 0 **Št. preglednic:** 2 **Št. grafov:** 0

Ključne besede: gasilstvo, psihosocialna podpora in pomoč, stres in travma, intervencije, nesreče

Povzetek:

V magistrskem delu sem raziskovala psihosocialno podporo in pomoč prostovoljnim gasilcem (v nadaljevanju gasilci) PGD Litija ob najzahtevnejših intervencijah. Zanimalo me je, kako gasilci doživljajo omenjene intervencije in se odzivajo nanje ter kakšne oblike psihosocialne podpore in pomoči uporabljajo. Ob tem sem raziskovala vlogo samopomoči in preventive. Zanimala me je tudi vloga gasilskih zaupnikov in kako njihovo delo doživljajo sodelujoči gasilci v raziskavi.

V teoretičnem delu sem opisala gasilstvo, kaj pomenita zahtevna intervencija in nesreča, nastanek stresa in travme ter psihosocialno podporo in pomoč, ki je na voljo, s poglobljenim pogledom na gasilske zaupnike. Omenjene tematike sem povezala tudi s socialnim delom. Gasilci vsak dan doživljajo različne travmatične dogodke ob posredovanju na najrazličnejših intervencijah. Pomembno je, da ob takih dogodkih poskrbijo zase, najprej skozi tehnike samopomoči in preventive, nato pa po potrebi tudi z uporabo strokovne psihosocialne pomoči, ki je na voljo za prve posredovalce.

V sklopu magistrskega dela sem izvedla kvalitativno raziskavo. Ob pomoči polstrukturiranega intervjuja sem opravila osem intervjujev, kjer sem pridobila dragoceno gradivo za analizo. Gradivo sem kvalitativno analizirala s postopkom odprtega in osnega kodiranja.

Ugotovila sem, da so za gasilce najzahtevnejše intervencije prometne nesreče, nesreča poznane osebe, nesreča s smrtnim izidom, delo s ponesrečenci in oživljanje. Takšne intervencije doživljajo zelo različno, vsak posameznik ima tudi svoje načine spoprijemanja s travmatično izkušnjo (z glasbo, športom, pogovorom itd.). Sodelujoči gasilci poznajo vsaj eno od oblik psihosocialne podpore in pomoči, največkrat so omenjali pogovor v društvu ali psihološko pomoč strokovnjaka. Z gasilskimi zaupniki nimajo izkušenj, prav tako ne poznajo preventivnih programov, ki so jim na voljo.

Title: Psychosocial Support and Assistance to Volunteer Firefighters in Voluntary Fire Brigade Litija after Difficult Interventions

Keywords: firefighting, psychosocial support and assistance, stress and trauma, interventions, accidents

Abstract:

In my master's thesis, I researched psychosocial support and assistance for volunteer firefighters (hereafter referred to as firefighters) of PGD Litija during the most challenging interventions. I was interested in how firefighters experience and respond to these interventions, as well as what forms of psychosocial support and assistance they use. Additionally, I explored the role of self-help and prevention. I was also interested in the role of firefighter confidants and how their work is experienced by firefighters who participated in the study.

In the theoretical part, I described firefighting, what constitutes a challenging intervention and an accident, the development of stress and trauma, and the psychosocial support and assistance available, focusing on firefighter confidants. I also connected these topics with social work. Firefighters regularly encounter various traumatic events while responding to a wide range of interventions. In such situations, it is important that they take care of themselves, first through self-help and preventive techniques, and then, if necessary, by utilizing professional psychosocial support available to first responders.

As a part of my master's thesis, I performed a qualitative study. Using semi-structured interviews, I conducted eight interviews through which I gathered valuable material for analysis. I analyzed the material qualitatively, using the process of open and axial coding.

I found that the most challenging interventions for firefighters include traffic accidents, accidents involving a known person, accidents with fatalities, dealing with injured individuals, and resuscitation. Firefighters experience these interventions very differently, and each individual has their ways of coping with traumatic experiences (e.g., through music, sports, conversation, etc.). The participating firefighters are familiar with at least one form of psychosocial support and assistance, most often mentioning discussions within the organization or psychological help provided by a professional. They have no experience with firefighter confidants and are also unaware of the preventive programs available to them.

KAZALO VSEBINE

PREDGOVOR ... 1
1. PREGLED PROBLEMATIKE ... 2
1.1. UVOD ... 2
1.2. GASILSTVO V SLOVENIJI ... 3
1.2.1. Zgodovina gasilstva na Slovenskem ... 5
1.2.2. Gasilska enota širšega pomena ... 6
1.2.3. Prostovoljno gasilsko društvo Litija ... 8
1.3. ZAHTEVNE INTERVENCIJE IN NESREČE ... 10
1.3.1. Nesreče ... 10
1.3.2. Gasilske intervencije ... 13
1.3.3. Posledice nesreče in intervencije na gasilce ... 14
1.4. STRES IN TRAVMA ... 17
1.4.1. Stres ... 17
1.4.2. Travma ... 19
1.4.3. Obrambni mehanizmi ter odzivi na travmatične in stresne dogodke ... 21
1.4.4. Motnje, povezane s travmo in stresom ... 25
1.5. PSIHOSOCIALNA PODPORA IN POMOČ ... 27
1.5.1. Dinamika in ravni psihosocialne podpore in pomoči posameznikom ... 27
1.5.2. Stopnje psihosocialne podpore in pomoči reševalcem ... 29
1.5.3. Samopomoč in preventiva pred posledicami udeleženosti na intervencijah ... 31
1.5.4. Podpora gasilcem med intervencijo in po njej ... 33
1.5.5. Gasilski zaupniki ... 36
1.6. POMEN SOCIALNEGA DELA ... 37
1.6.1. Podporna znanja socialnega dela v gasilstvu ... 37
1.6.2. Vloga socialnega dela v izredni razmerah ... 40
2. FORMULACIJA PROBLEMA ... 43
2.1. RAZISKOVALNA VPRAŠANJA ... 44
3. METODOLOGIJA ... 45
3.1. VRSTA RAZISKAVE ... 45
3.2. TEME RAZISKAVE ... 45
3.3. MERSKI INSTRUMENT IN VIRI PODATKOV ... 46
3.4. OPREDELITEV ENOT RAZISKOVANJA ... 46
3.5. ZBIRANJE PODATKOV ... 47
3.6. OBDELAVA IN ANALIZA PODATKOV ... 48

3.7. OMEJITVE RAZISKOVANJA ... 49
4. REZULTATI ... 50
4.1. VČLANITEV V PGD LITIJA IN NAČIN SODELOVANJA ... 50
4.2. NAJBOLJ ZAHTEVNE INTERVENCIJE ... 51
4.3. SAMOPOMOČ OB TRAVMATIČNIH DOGODKIH ... 59
4.4. PREVENTIVA PRED POSLEDICAMI UDELEŽENOSTI NA INTERVENCIJAH ... 62
4.5. PSIHOSOCIALNA PODPORA IN POMOČ ... 63
4.6. GASILSKI ZAUPNIKI ... 67
5. RAZPRAVA ... 70
5.1. Kaj so za prostovoljne gasilce najbolj zahtevne intervencije in kako jih doživljajo? ... 70
5.2. Kako si prostovoljni gasilci sami pomagajo ob travmatičnih dogodkih ob intervencijah? ... 73
5.3. Kakšna je preventiva prostovoljnih gasilcev pred posledicami udeleženosti na zahtevnih intervencijah? ... 75
5.4. Kakšne psihosocialne podpore in pomoči so prostovoljni gasilci deležni in kaj bi še potrebovali? ... 76
5.5. Kako prostovoljni gasilci doživljajo vlogo gasilskih zaupnikov in kakšne izkušnje imajo s sodelovanjem z njimi? ... 79
6. SKLEPI ... 82
7. PREDLOGI ... 84
8. SEZNAM LITERATURE ... 85
9. PRILOGE ... 92
PRILOGA 1 – Vodilo za intervju ... 92
PRILOGA 2 – Odprto kodiranje (Kodirna tabela) ... 94
PRILOGA 3 – Osno kodiranje ... 171

KAZALO TABEL

Tabela 1: Članstvo PGD Litija. ... 9
Tabela 2: Značilnosti vzorca. ... 47

PREDGOVOR

Leta 2023 sem se prvič srečala z delom prostovoljnih gasilskih društev, ko sem se zaradi selitve in partnerjeve pobude včlanila v Prostovoljno gasilsko društvo Litija (v nadaljevanju PGD Litija). Gasilstvo me je kaj hitro začelo zelo zanimati in seznanila sem se z njegovim delovanjem. Spoznala sem delo prostovoljnih gasilcev, njihove naloge in potek intervencij. Nato sem tudi sama opravila potrebne tečaje, da sem lahko postala članica operativnega dela društva.

Poleti 2023 so se zgodile vseslovenske poplave. Naravna ujma Litiji ni prizanesla in organizirana je bila zelo obsežna intervencija, ki je trajala več dni. Tako sem spoznala, pod kakšnim stresom in pritiskom so prostovoljni gasilci, ko se trudijo zaščiti in reševati občane ter njihovo premoženje. Med svojim nadaljnjim delom sem spoznavala tudi potek drugih intervencij, tako tehnične narave (prometne nesreče, tehnično reševanje itd.) kot tudi samo gašenje požarov.

Vseskozi sem dobivala občutek, da gasilci PGD Litija niso deležni zadostne psihosocialne podpore in pomoči. Velikokrat je pogovor tekel o tem in tudi sami so priznali, da se najpogosteje poslužujejo le neformalnega pogovora znotraj društva, tako da se posedejo v krog in si privoščijo kakšno pijačo. Opazila sem, da nekaterim gasilcem to ni zadostovalo in so se tudi po tem srečevali s stiskami, ki jim jih je povzročila določena intervencija, po navadi hujše narave, kot na primer prometne nesreče s smrtnim izidom. Ponavadi svoje občutke rajši zadržijo zase, da ne bi izpadli šibki pred sogasilci.

Kot socialna delavka sem tako videla priložnost za pomoč. Čutila sem se nekoliko odgovorno za sogasilce ter njihovo dobro počutje. Vseskozi sem premišljevala, na kakšen način bi lahko sama pripomogla k boljšemu delovanju društva. Na eni od vaj mi je ena od sogasilk v roke porinila knjigo Psihosocialna pomoč po nesrečah in drugih kriznih dogodkih avtoric Andreje Lavrič in Mateje Štirn. Knjiga me je zelo nagovorila in mi dala idejo za mojo magistrsko nalogo.

Odločila sem se, da bom za namen svoje magistrske naloge združila svoj študij in prostočasno dejavnost, gasilstvo, da bi s svojim poklicnim znanjem in raziskavo med gasilci prispevala k boljšemu razumevanju potreb gasilcev PGD Litija. Tako želim s svojo nalogo raziskati področje psihosocialne podpore in pomoči za gasilce ter s pomočjo raziskave preveriti, kaj gasilci sami vedo o tem in kaj zares potrebujejo. Odločila sem se tudi, da bom, ko izpolnim pogoje, opravila izobraževanja za gasilsko zaupnico.

1. PREGLED PROBLEMATIKE

1.1. UVOD

Človek je kmalu po tem, ko je odkril in začel uporabljati ogenj, izkusil tudi prikrite nevarnosti te dobrine. Že prva civilizirana ljudstva so bojevala svoje vojne z ognjem. Iz egiptovske zgodovine izhaja prva uredba o gašenju požarov, zapisana na papirus v približno drugem tisočletju pred našim štetjem (Godec, 2005, str. 8).

Vendar delo gasilca[1] ni le gašenje požarov, obsega še veliko več. Gre za obsežno pomoč sokrajanom z namenom zaščite ljudi in njihovega premoženja. Gasilske enote širšega pomena poleg samega gašenja požarov pokrivajo tudi intervencije tehnične narave (prometne nesreče, reševanje na vodi, reševanje na višini, odpiranje vrat itd.) in podobno.

Učinkovit sistem varstva pred naravnimi in drugimi nesrečami je ključnega pomena, da lahko zagotavljamo varnost državljanov, kar se še zlasti kaže ob večjih nesrečah, ki so v zadnjem času zaradi vpliva podnebnih sprememb vedno pogostejše in intenzivnejše. Tako imajo prostovoljna gasilska društva v Sloveniji najpomembnejšo vlogo v sistemu zaščite in reševanja, saj so prav gasilci tisti, ki so v nenehni pripravljenosti za ukrepanje ob najrazličnejših nesrečah (Kramer Stajnko in Nekrep Perc, 2023, str. 314).

Usposabljanje prostovoljnih gasilcev je med pomembnejšimi dejavnostmi gasilske organizacije, saj lahko le ustrezno usposobljeni gasilci poskrbijo za učinkovito, strokovno in varno opravljanje nalog gasilstva. Sistem gasilstva v Sloveniji temelji pretežno na prostovoljstvu, zato se pri tem pojavlja še dodatna težava s primernim usposabljanjem (Leskovec in Kramer Stajnko, 2021, str. 425). Poleg ustrezne usposobljenosti je zelo pomemben tudi psihosocialni vidik dela gasilcev, v smislu nudenja pomoči prvim posredovalcem samim. Še danes se o tem premalo govori in se tematiki ne namenja dovolj pozornosti.

Gasilci so vsakodnevno izpostavljeni travmatičnim dogodkom, s katerimi se srečujejo pri udeleževanju intervencij, predvsem najtežjih oziroma najbolj zahtevnih, kar povečuje tveganje za njihovo lastno varnost in psihično počutje (Stanley idr., 2019, str. 697).

V preteklih letih so se tako v Sloveniji kot tudi v tujini zgodili različni dogodki, ki so bili nekakšno opozorilo, kako nepredvidljivo je življenje. Dogajale so se številne nesreče, kot so potresi, poplave, plazovi, požari ter prometne nesreče (Lavrič in Štirn, 2016, str. 6). Zadnja

[1] V besedilu je uporabljena slovnična oblika za moški spol, ki je zamenljiva s slovnično obliko za ženski spol.

večja naravna nesreča se je zgodila leta 2023, ko so pustošile vseslovenske poplave. Leto pred tem so se zgodili obsežni požari na Krasu. Pri tem sta se pokazali velika vloga gasilcev in njihova nesebična pomoč. Toda o pomoči njim samim se govori zares poredko. Tukaj vidim veliko priložnost za vstop socialnega dela v smislu nudenja pomoči prvim posredovalcem.

Uvodni dve poglavji sta predstavitev pomembnih tem, ki se nanašajo na magistrsko nalogo. Ne gre za klasična teoretska poglavja, temveč se vsebina nanaša na delovanje gasilstva, predstavitev PGD Litija in zakonodajo s tega področja, pomembno za razumevanje tematike magistrske naloge kot celote.

1.2. GASILSTVO V SLOVENIJI

Gasilstvo je najbolj množična sila v sistemu zaščite in reševanja. Njegova organizacija je obvezna javna lokalna služba (javna gasilska služba), katere trajno in nemoteno delovanje zagotavljajo lokalne skupnosti in država. Je humanitarna dejavnost, ki opravlja naloge v javnem interesu (Gasilstvo, b.d.).

Gasilska zveza Slovenije (v nadaljevanju GZS) je kot krovna organizacija organiziranega gasilstva v državi nastala leta 1949 v Ljubljani. Od leta 1992 je članica CTIF (International Association of Fire and Rescue Services) (Gasilska zveza Slovenije, b.d.; Jančič, 2008, str. 13).

Prostovoljne gasilske organizacije, društva, se ustanavljajo, organizirajo in delujejo po dveh zakonih: Zakonu o gasilstvu in Zakonu o društvih. Zakon o gasilstvu natančno ureja naloge, organizacijo in status gasilstva. Predpisuje tudi pogoje za opravljanje javne gasilske službe in društvom narekuje obvezno povezovanje v gasilske zveze (Zakon o gasilstvu, 2005). Zakon o društvih predstavlja demokratično pravico občanov do druženja in ustanavljanja društev ter načela njihovega delovanja (Zakon o društvih, 2011). Zakon o varstvu pred naravnimi in drugimi nesrečami ureja področje varstva pred različnimi nesrečami in naloge sistema (Zakon o varstvu pred naravnimi in drugimi nesrečami, 2006).

Kot sem uvodoma že omenila, gasilstvo v Sloveniji temelji predvsem na prostovoljstvu, saj sta organizacija in financiranje poklicnih enot zelo kompleksna zaradi pokritosti državnega območja. Prostovoljstvo v gasilstvu izhaja tudi iz dolgoletne tradicije v Sloveniji. V 2. členu Zakona o prostovoljstvu (2011) je prostovoljstvo definirano kot »družbeno koristna brezplačna aktivnost posameznikov, ki s svojim delom, znanjem in izkušnjami prispevajo k izboljšanju

kakovosti življenja posameznikov in družbenih skupin ter k razvoju solidarne, humane in enakopravne družbe«.

Prostovoljno gasilstvo v Sloveniji ima več kot 150-letno tradicijo (Kramer Stajnko, 2019, str. 250). Namen združevanja v gasilska društva je, da bi ljudje uspešneje preprečevali in gasili požare. Sama naloga društev obsega veliko več kot le gašenje in reševanje ob požarih; vključuje tudi socialno oporo za člane in solidarnost z njimi ter nesebično pomoč ob vsakršni nesreči. S tem se izkazujeta tudi predanost slovenskemu narodu in obstoj narodne zavesti (Gasilska zveza Slovenije, b.d.).

Slovenska gasilska organizacija je ena najstarejših ter najbolj množičnih v državi in je celo priznana kot ena najbolj razvitih v Evropi in po svetu, tako glede na številčnost prostovoljcev kot tudi delež mladih in žensk. Danes je včlanjenih več kot 170.000 oseb, kar je glede na dvomilijonsko prebivalstvo Slovenije veliko. Od tega je 50.000 članov operativnih gasilcev, ki aktivno opravljajo naloge gasilskega posredovanja v intervencijah. V državi je le 13 poklicnih enot s približno 800 gasilci, ki delujejo v večjih mestih. Ob morebitnih večjih nesrečah je sodelovanje poklicnih in prostovoljnih enot nujno, saj zmogljivost poklicnih organizacij ni zadostna (Kramer Stajnko in Nekrep Perc, 2023, str. 315).

Uspešnost in učinkovitost sistema prostovoljnega gasilstva temeljita na zagotavljanju ustrezne opreme, razmer za delo in izobraževanju, s čimer se lahko pripravijo na posredovanje in reševanje ob nesrečah. Prostovoljna gasilska društva so bolj razvita predvsem na podeželju. V mestnih okoljih je prostovoljce težje zagotavljati, saj so ljudje tam bolj usmerjeni v delo, svoje kariere ter drugačne oblike preživljanja prostega časa (Kramer Stajnko in Nekrep Perc, 2023, str. 315). V lokalnem okolju ljudi k sodelovanju v prostovoljnih gasilskih društvih spodbujajo njihova tradicija, vrednote, lokalna samoorganiziranost ter občutek pripadnosti. Drugi bistveni elementi za zagotavljanje uspešnosti delovanja gasilske organizacije so tudi hitra aktivacija gasilcev, vnaprej pripravljeni načrti posredovanja, samoiniciativnost, prilagodljivost in območna razporejenost enot (Leskovec in Kramer Stajnko, 2021, str. 425).

Gasilska organizacija se je sčasoma razvila v svobodno in humanitarno organizacijo. Danes so prav gasilska društva po številnih krajih tista, ki povezujejo in združujejo krajane pri dejavnostih in aktivnostih, predvsem na področju varstva pred požari, ob tem pa tudi na kulturni ravni (Gasilska zveza Slovenije, b.d.).

Nesreče, pri katerih posredujejo gasilci, tako prostovoljni kot poklicni, že dolgo niso več zgolj požari. Obseg nalog se je razširil tudi na posredovanje ob naravnih nesrečah, nesrečah v

prometu, tehnično in drugo pomoč. Požari in eksplozije predstavljajo le četrtino vseh intervencij (Leskovec in Kramer Stajnko, 2021, str. 426).

1.2.1. Zgodovina gasilstva na Slovenskem

Zgodovina gasilstva in varstva pred požari sega daleč nazaj v dobo civiliziranih ljudstev. Tako imenovano požarno službo je prva razvila rimska država, od Julija Cezarja in Avgusta Oktavijana do propada rimskega cesarstva, o čemer so ohranjeni pisni viri (Božič, 1988, str. 5; Godec, 2005, str. 8).

Prvi resnejši poskus ustanovitve gasilske organizacije in društev, ki naj bi bili stalno strokovno pripravljeni za gašenje požarov, sega v 60. leta 19. stoletja. Šlo je za tako imenovano ustavno obdobje, ko je izšel cesarjev manifest o ureditvi notranjih državnopravnih odnosov (Gasilska zveza Slovenije, b.d.; Kramer Stajnko, 2019, str. 250). Potrebe so se pojavljale predvsem v mestih, kjer je vsake toliko časa izbruhnil uničujoč požar, na primer leta 1858 v Ljubljani, ko je gorela Cukrarna. Po ustanovitvi prvih »požarnih bramb« med 60. in 70. leti 19. stoletja, ki so nastale po sprejetju zakona o pravici združevanja, zakona o pravici zborovanja in zakona o splošni pravici državljanov v Avstro-Ogrski, je širjenje pospešila Postava, zadevajoča red o požarni policiji in o gasilskih stražah, ki je bila izdana leta 1881 (Kramer Stajnko, 2019, str. 250; Božič, 1988, str. 22–25) .

Leta 1867 je takratni ljubljanski župan organiziral pripravljalni odbor za ustanovitev samostojnega prostovoljnega gasilskega društva, ustavni odbor društva pa je bil ustanovljen leta 1870 (Godec, 2005, str. 11). Po ustanovitvi prvih gasilskih društev v Metliki (1869), Ljubljani, na Ptuju in v Laškem (1870) se je ideja prostovoljnega gasilstva širila po vsej slovenski deželi (Božič, 1988, str. 27, Jančič, 2008, str. 15). Društva so nastajala po večjih ali manjših požarih, ki so se dogajali v različnih krajih. Do leta 1881 je bilo na Slovenskem ustanovljenih 39 društev, do leta 1914 že več kot 380 (Gasilska zveza Slovenije, b.d.).

Gasilska društva so se povezovala v deželne zveze. Do prve svetovne vojne je v naših krajih delovalo osem gasilskih zvez. V Ljubljani je bila 1. julija 1919 ustanovljena Jugoslovanska gasilska zveza Ljubljana (JGZ), ki je delovala do druge svetovne vojne. Po tem je bila 2. oktobra 1949 ustanovljena še Gasilska zveza LR Slovenije (Gasilska zveza Slovenije, b.d.; Božič, 1998, str. 7). Med prvo in drugo svetovno vojno so gasilci posredovali predvsem pri požarih in povodnjih, nato se je dejavnost razširila tudi na nudenje prve pomoči in sodelovanje pri javnem zdravstvu kot dezinfekcijska služba. Ker je prišlo do mobilizacije gasilcev in vpoklica na fronto,

je med vojno delovanje skoraj zamrlo (Ušeničnik, 1998, str. 166–167). V začetku 20. stoletja so si tudi ženske članice gasilskih društev izborile svoje mesto. Danes so tako eden od stebrov gasilske organizacije (Jančič, 2008, str. 53).

V drugi polovici 20. stoletja so se začeli odvijati tehnološki napredek, posodobitve gasilske opreme in gradnje novih gasilskih domov. Pridobili so motorne žage in gasilske avtomobile (Jančič, 2008, str. 41). Posebnost slovenskega prostovoljnega gasilstva je stalna rast števila članov. Ob nastanku Gasilske zveze Slovenije (1949) je organizacija štela dobrih 40.000 gasilcev. V treh desetletjih se je število že podvojilo, na kongresu leta 1998 jih je zveza štela kar 119.000. Tudi v naslednjih letih še vedno beležijo rast (Pograjc, 2010, str. 5).

Osamosvojitev Slovenije je prinesla dokončni Zakon o gasilstvu, ki je stopil v veljavo 1993. leta. Ob tem je bil objavljen tudi Zakon o varstvu pred požari, leto kasneje tudi Zakon o varstvu pred naravnimi in drugimi nesrečami (Božič, 1999, str. 141). V naslednjih letih se je gasilstvo v Sloveniji le še izpopolnjevalo in nadgrajevalo. Redni kongresi, organizirani na pet let, so prinesli veliko izboljšav in usmeritev za boljše delo gasilskih organizacij. Izboljševalo se je usposabljanje gasilcev ter delo s članicami in mladino, večal se je pomen gasilskih tekmovanj, prav tako se je posodabljala oprema. Izpopolnjevali so se tudi zakoni. Začela se je uvajati gasilska informatika, spremembe so se dogajale tudi pri (so)financiranju dejavnosti. Posodobil se je državni načrt aktiviranja enot, izvajale so se redne analize intervencij (Pograjc, 2010). Danes Gasilska zveza Slovenije šteje 1341 društev (Gasilska zveza Slovenije, b.d.).

Na področju varstva pred naravnimi in drugimi nesrečami pod okriljem Uprave RS za zaščito in reševanje deluje Izobraževalni center za zaščito in reševanje na Igu. Ustanovljen je bil leta 1994. Kasneje so se razvile tudi enote v Sežani, Pekrah in Logatcu. Izobraževalni center vseskozi izvaja različna usposabljanja za gasilce in reševalce, tudi na področju psihosocialne pomoči (Petrovič, 2021, str. 500).

1.2.2. Gasilska enota širšega pomena

Dejavnosti zaščite in reševanja širšega pomena opravljajo gasilske enote širšega pomena (v nadaljevanju GEŠP). Prve so bile ustanovljene pred 31 leti (1993). Pri tem gre za naloge zaščite in reševanja ob prometnih, industrijskih in drugih nesrečah, pri katerih so prisotne nevarne snovi, nesrečah v avtocestnih in železniških predorih, naloge tehničnega reševanja ob nesrečah v prometu ter na tekočih in stoječih vodah. Poleg tega morajo posamezne enote oziroma društva

v lokalni skupnosti opravljati tudi naloge javne gasilske službe, ki je brezplačna (Gasilstvo, b.d.).

Naloge GEŠP posamezne enote oziroma društva opravljajo na podlagi pogodbe, sklenjene z Upravo Republike Slovenije za zaščito in reševanje na območju, kjer so ustanovljene, ter na širšem območju, kadar so tja poklicane na intervencijo, da je s tem pokrito celotno območje države. Opravljanje nalog širšega pomena letno sofinancira Uprava Republike Slovenije za zaščito in reševanje po merilih, določenih za opravljanje vseh nalog širšega pomena. Zagotavlja tudi posebno opremo, specialistična usposabljanja in vzdrževanje sistema (Gasilstvo, b. d.).

Gasilske enote za opravljanje nalog zaščite in reševanja širšega pomena določi vlada Republike Slovenije. Po sklenjeni pogodbi med enoto in Upravo RS za zaščito in reševanje slednja obvesti tudi občinski organ, ki je pristojen za organizacijo javne gasilske službe v občini, na območju katere deluje gasilska enota. Vlada prav tako predpiše čas izvoza posameznih gasilskih enot glede na njihovo kategorijo. Sklenjene pogodbe veljajo za nedoločen čas oziroma do spremembe odločitve vlade (Zakon o gasilstvu, 2005).

Področje GEŠP je bilo zasnovano zaradi vse večje pogostosti nesreč v cestnem prometu in z nevarnimi snovmi, ki so imele usodne posledice za udeležence, kar je zahtevalo organizacijo (pod)sistema, ki je v stalni pripravljenosti ter zagotavlja hitro in strokovno posredovanje. Po zgledu iz tujine so bila izbrana že obstoječa gasilska društva, ki so že imela primerno organizacijo, pripravljenost in razporejenost za ustrezno odzivnost. Od hitrosti in strokovnosti posredovanja je velikokrat odvisno človeško življenje (Gasilstvo, b.d.).

Po okriljem Gasilske zveze Slovenije deluje Komisija za enote širšega pomena, ki opravlja naloge spremljanja dela in statusa enot, sodelovanja z Upravo RS za zaščito in reševanje, skrbi za usklajeno delovanje enot, spremljanja normativne ureditve s področja gasilstva in priprave predlogov s področja GEŠP ter organizacije posvetov, seminarjev in tekmovanj omenjenih enot (Gasilska zveza Slovenije, b.d.).

Republika Slovenija ima 56 enot širšega pomena, med katere spadajo tako poklicne enote kot tudi prostovoljna društva. Med seboj se razlikujejo po posameznih pooblastilih za opravljanje nalog GEŠP, ki so tehnično reševanje, nevarne snovi, avtocestni predori, železniški predori, dekontaminacija in potapljanje (Gasilstvo, b.d.).

1.2.3. Prostovoljno gasilsko društvo Litija

Prostovoljno gasilsko društvo Litija je nastalo leta 1885 (Gasilsko društvo Litija, b.d.). Oblast ga je priznala leta 1888; takrat so razvili tudi svoj družbeni prapor (Godec, 2005, str. 16–20). Nastanek društva je izviral iz potrebe pomagati sočloveku in mu stati ob strani, ko je pomoči najbolj potreben, hkrati pa tudi zaradi potrebe ščititi nacionalne interese in narodno zavest. Vsa leta svojega razvoja so se borili za čim boljši finančni in materialni položaj ter na podlagi tega v občini dosegli visoko raven gasilstva (Godec, 2005, str. 4–6).

Območje občine Litija je bilo že od nekdaj izpostavljeno velikim in najrazličnejšim nevarnostim. V preteklosti so pustošili potresi, plazovi, poplave in požari, ki so ogrožali ljudi in njihovo imetje. Usodni so bili tudi izlivi jamskih vod iz rovov rudnika Sitarjevca (Godec, 2005, str. 6). V obdobju razvoja so se gasilci ukvarjali z različnimi dejavnostmi: od reševanja v najrazličnejših nesrečah do ustanovitve ženske desetine leta 1950 in dela z gasilsko mladino, ki oba delujeta še danes. Opravljali so najrazličnejša izobraževanja v svojem društvu kot tudi na ravni gasilske zveze. Redno se udeležujejo tudi najrazličnejših tekmovanj (Godec, 2005, str. 84–86).

PGD Litija je član Gasilske zveze Litija (v nadaljevanju GZ Litija), ki zajema 12 prostovoljnih gasilskih društev in eno prostovoljno gasilsko industrijsko društvo, ki deluje v sklopu Predilnice Litija. Krovna organizacija na državni ravni je Gasilska zveza Slovenije. Delovanje društva ureja temeljni akt Statut Prostovoljnega gasilskega društva Litija (Godec, 2005, str. 103), nazadnje posodobljen 10. 3. 2023.

Namen delovanja je prostovoljno združevanje občanov za namen prostovoljnega gasilstva. V skladu s svojimi pristojnostmi opravlja preventivne in operativne naloge varstva pred požarom, varstva pred naravnimi in drugimi nesrečami ter zaščito in reševanje na območju Litije, Velikega vrha, Podšentjurja in Zgornjega Loga kot osrednja enota GZ Litija. Ker je oddaljenost sosednjih poklicnih gasilskih enot prevelika, so leta 1994 od države – Uprave RS za zaščito in reševanje – dobili tudi pooblastila GEŠP. Imajo pooblastila za tehnično reševanje in nevarne snovi. Kot GEŠP intervenirajo tudi na območju celotne Občine Litija in Občine Šmartno pri Litiji (Temeljni akt prostovoljnega gasilskega društva Litija, 2023, str. 1–2). Društvo opravlja tudi vse funkcije civilne zaščite, kar je v Sloveniji redkost (Godec, 2005, str. 7).

Cilji PGD Litija se povezujejo z izvajanjem zadanih nalog, ob tem pa se nanašajo tudi na vzgojo in usposabljanje članov društva ter delo z gasilsko mladino. Njihov cilj je tudi opravljanje nalog gasilstva kot dejavnosti, ki je v javnem interesu in humanitarne narave. Njihovo delo zajema

nepridobitno, pridobitno in dopolnilno dejavnost. V okviru nepridobitnih dejavnosti izvajajo usposabljanja članov, preventivne naloge za varstvo pred požarom, operativne naloge gasilstva, prevoze vode ob nesrečah, vzdrževanje lastne opreme in vozil, vzgojo mladine, organizacijo tekmovanj, vodenje evidenc, sodelovanje z drugimi organizacijami, podeljevanje priznanj in podobno. Kot pridobitne dejavnosti opravljajo naslednja dela: distribucija vode s cisternami, oddaja vozil v najem, oddajanje nepremičnin, čiščenje cest, tehnično preizkušanje in analiziranje ter drugo. Dopolnilna dejavnost je opredeljena kot tista pridobitna dejavnost, ki skupaj z nepridobitno sestavlja določeno storitev oziroma zagotavlja boljšo izkoriščenost sredstev PGD (Temeljni akt prostovoljnega gasilskega društva Litija, 2023, str. 3–4).

Član PGD Litija lahko postane vsak občan, ki želi opravljati naloge gasilstva. Ob predložitvi pristopne izjave poveljstvu se posameznik zaveže, da bo deloval v skladu s Temeljnim aktom in kodeksom prostovoljnega gasilca ter bo plačeval članarino. Posameznik je lahko član društva od 6. leta dalje. Z vključitvijo začnejo veljati tudi pravice in dolžnosti članov PGD. Vrsta in število članov PGD Litija je razvidno iz spodnje tabele (Tabela 1) (Temeljni akt prostovoljnega gasilskega društva Litija, 2023, str. 4–6). Organi upravljanja PGD Litija so zbor članov, poveljstvo, nadzorni odbor in disciplinska komisija. Funkcionarja predstavljata predsednik in poveljnik društva (Temeljni akt prostovoljnega gasilskega društva Litija, 2023, str. 7–8)

Tabela 1: Članstvo PGD Litija (Podatki, zbrani s programom za vodenje evidenc v gasilskih organizacijah Vulkan na dan 1. 7. 2024)

VRSTA ČLANSTVA	**ŠTEVILO OSEB**
Operativni gasilec	37
Rezervni operativni gasilec	21
Član gasilske organizacije	11
Veteran	5
Gasilec pripravnik	5
Mladinec	13
Pionir	18
SKUPAJ	**110**

Sredstva PGD Litija sestavljajo premoženje in prihodki. Premoženje predstavljajo nepremičnine, premičnine, materialne pravice in denarna sredstva. Svoje prihodke pridobijo iz proračuna Republike Slovenije, proračuna lokalne skupnosti, proračuna občine in sredstev požarne takse, s članarino, iz naslova materialnih pravic in dejavnosti PGD, z darili in volili fizičnih in pravnih oseb, s prispevki sponzorjev in donatorjev, iz sredstev odstopljene

dohodnine fizičnih oseb ter drugih virov. Prav tako je njihov vir dohodka opravljanje pridobitne dejavnosti. Za opravljanje nalog GEŠP jih sofinancira tudi Uprava RS za zaščito in reševanje (Temeljni akt prostovoljnega gasilskega društva Litija, 2023, str. 12–13).

PGD Litija je gasilsko društvo IV. kategorije, kar pomeni da gre za prostovoljno gasilsko društvo s poklicnim jedrom. Predpisani čas izvoza za omenjeno kategorijo je pet minut. Določena sta jim tudi posebna oprema in vozni park. Kategorija se določa tudi glede na povprečno število intervencij na leto (Uredba o organiziranju, opremljanju in usposabljanju sil za zaščito, reševanje in pomoč, 2016). V lanskem letu so posredovali pri 171 intervencijah. Številka intervencij je visoka zaradi knjiženja vsake prijave med poplavami (avgusta 2023) posebej. Sicer so imeli prijavljenih 87 dogodkov. V povprečju so imeli v zadnjih nekaj letih med 50 in 100 intervencij na leto. Njihov vozni park obsega tri gasilska vozila s cisterno: GVC-2, GVC-1, GVCZD-1, slednji ima tudi zglobno dvigalo; hitro tehnično vozilo HTV, orodno vozilo OV, moštveno vozilo GVM ter prikolico z opremo za reševanje ob nesrečah z nevarnimi snovmi in prikolico za prevoz opreme. V lasti imajo tudi amfibijsko vozilo hoverkraft in gumijasti čoln (Program za vodenje evidenc v gasilskih organizacijah Vulkan, 2024).

1.3. ZAHTEVNE INTERVENCIJE IN NESREČE

Kaj je najbolj zahtevna intervencija ali najhujša nesreča, je zelo subjektivno. Odvisno je od pojmovanja vsakega posameznika, njegovih preteklih izkušenj in doživljanja. Gasilci se dnevno srečujejo z najrazličnejšimi nesrečami, v katerih posredujejo, da bi nam lahko pomagali. Včasih gre za zelo rutinske intervencije, bolj »enostavne« narave, kot na primer tehnično reševanje z odpiranjem vrat, ko je nekdo ujet v stanovanje. Prihaja pa tudi do hujših nesreč, v katerih ljudje izgubijo življenje, kot so na primer obsežni požari ali prometne nesreče s smrtnimi izidi.

1.3.1. Nesreče

Slovar slovenskega knjižnega jezika ima več definicij besede nesreča. Lahko gre za stanje, ki povzroči duševne bolečine; za dogodek, pri katerem je človek poškodovan ali mrtev; ali pa za dogodek, ki povzroči človeku zadrego, neprijeten občutek (Nesreča – Fran, b.d.). V slovenski zakonodaji je v Zakonu o varstvu pred naravnimi in drugimi nesrečami (2006) v 8. členu nesreča opredeljena kot »dogodek ali vrsta med seboj povezanih dogodkov, ki so ga povzročile nenadzorovane naravne ali druge sile in ki prizadenejo ali ogrozijo življenje ali zdravje ljudi in

živali ter povzročijo škodo na premoženju, kulturni dediščini in okolju, v takem obsegu, da je za njihov nadzor in obvladovanje potrebno uporabiti posebne ukrepe, sile in sredstva.«

Bolj izčrpne opredelitve nesreč so redke. Po večini se nesrečo opredeljuje kot dogodek, v katerem se pojavijo poškodbe ali škoda, sam dogodek pa ni namerno izzvan. V tem se nesreča razlikuje od vojn, umorov ali vandalizma. Gre za nenamerne vzroke in neželene posledice (Polič, 1994a, str. 17). Nesrečo lahko opredelimo tudi kot resno motnjo oziroma prekinitev v delovanju skupnosti ali družbe, ki vključuje obsežne človeške, materialne, gospodarske ali okoljske vplive, ki presegajo zmožnost prizadete skupnosti, da se spopade s pomočjo lastnih virov (Sharif, 2020, str. 1). Nesreča označuje tudi katastrofalne dogodke, ki pustijo veliko izgubo v življenjih ljudi, živali in narave, posledice se lahko poznajo na lastnini in okolju. Beseda se uporablja tudi kot oznaka osebnih tragedij (Sena, 2006, str. 2–3). Ena od definicij nesreče (Vitaliano in sodelavci, 1897) pravi tudi, da je nesreča relativno hiter in v prostoru skoncentriran dogodek, ki naj bi vplival na nek družbeni podsistem, kot na primer na sosesko ali skupnosti, in zaradi velike nevarnosti ter uničenja prekine sposobnost sistema, da poskrbi za pričakovane življenjske razmere članov. Pojavlja se v kontekstu, v katerem obstaja soglasje o pomenu situacije, normah, vrednotah in prednostih, ki jih je potrebno upoštevati (Polič, 1994a, str. 19).

Nesreče lahko pojmujemo s (Quarantelli, 1982 v Polič, 1994a, str. 18):

- *fizičnim povzročiteljem*, v smislu fizične energije, ki povzroči nesrečo, ki jo lahko delimo na naravne nesreče in nesreče, ki jih je povzročil človek;
- *fizičnimi vplivi povzročiteljev,* kar se nanaša na zaznavne spremembe v okolju, ki se pojavljajo v geofizičnem, biološkem in socialno-tehničnem okolju;
- *oceno fizičnih vplivov,* ko je dogodek ocenjen kot uničevalen, katastrofalen, da lahko velja za nesrečo in pusti fizično, socialno ali psihično škodo;
- *socialnim razkrojem, izhajajočim iz dogodka s fizičnimi vplivi,* kar spremeni dogodek v nesrečo, če so posledice dovolj velike, da povzročijo razkroj socialnega življenja, socialne in ne toliko fizične posledice;
- *socialno konstrukcijo stvarnosti v zaznanih kriznih situacijah, ki lahko ali pa ne vključujejo fizični vpliv,* kar izhaja iz tega, da ni nujne zveze med fizičnimi vplivi in socialno dejavnostjo, pomembno je prepričanje o nevarnosti, pojmovanje je relativistično in lahko povzroči celo zanikanje pojma nesreča;
- *političnimi opredelitvami posameznih kriznih situacij,* kar se nanaša na pogled, da so nesreče tudi politični pojav – kaj je nesreča je politična odločitev – ter

- *neravnovesjem v razmerju zahtev in zmožnosti v primeru krize,* kar naj bi pomenilo, da pride do nesreče, ko zahteve ob dogodku presežejo zmožnosti za odziv v krizni situaciji, torej je za odpravo krize potrebno kolektivno vedenje (Polič, 1994a, str. 18–19).

V Sloveniji so naravne in druge nesreče dokaj pogoste. Ogrožajo fizično, socialno in ekonomsko varnost državljanov, prav tako splošno varnost in blaginjo države. Republika Slovenija se je z organiziranjem sistema varstva pred nesrečami odzvala na vse bolj pretečo nevarnost. V vsakdanjem življenju se srečujemo s številnimi nevarnostmi naravnih in drugih nesreč. Dejanska ogroženost je odvisna od vrste nevarnosti, tveganja oziroma verjetnosti, da se bo nesreča zgodila, in pripravljenosti nanjo (Ušeničnik, 2002, str. 462). Nesreče so lahko posledica dveh dejavnikov: narave ali človeka. Razvrstimo jih lahko v štiri kategorije: neizogibne naravne nesreče (človek nima vpliva), naravne nesreče, ki se jim da izogniti (človek lahko omeji izgubo), nesreče, ki jih je sprožil človek (rezultat človeške dejavnosti), ter nesreče, ki jih povzroči človek (človek ustvari razmere, narava sproži nesrečo) (Cvetkovich in Earle, 1985, str. 6–8).

Bolj podrobna razvrstitev nesreč na naravne in antropogene je naslednja. *Naravne nesreče* delimo na fizikalne in biološke. Fizikalne nesreče so: potres, zemeljski plaz, usad, podor, vihar, suša, pozeba, žled, toča, obilne snežne padavine, snežni plaz, poplava, erozija tal in požar v naravnem okolju. Med biološke nesreče uvrščamo: epidemijo, epizootijo, epifitijo, infestacijo in izgubo biološke raznovrstnosti. *Antropogene nesreče*, imenovane tudi civilizacijske nesreče, katerih povzročitelj je človek, se delijo na tehnične in tehnološke ter krize in konflikte. K tehničnim in tehnološkim nesrečam spadajo: požari, nesreče v prometu, industrijske nesreče, rudniške nesreče, jedrske nesreče, druge radiološke nesreče, nesreče pri delu ter nesreče pri aktivnostih v prostem času (Ušeničnik, 2002, str. 463, Lavrič in Štirn, 2016, str. 10). Tako naravne kot tehnološke nesreče puščajo posamezniku podobne psihološke posledice (Polič, 1994b, str. 236).

Na področju varovanja pred nesrečami je pomembna preventiva. To pomeni, da delujemo v smeri preprečevanja nesreče, v primeru njenega nastanka pa smo nanjo tudi dobro pripravljeni. Znati moramo identificirati nevarne lokacije in dejanja, ki bi povzročala tveganja za nastanek nesreč (Unicef, 2020, str. 7–8). Nacionalni program varstva pred naravnimi in drugimi nesrečami je namenjen delovanju, da bi lahko ravnali preventivno. Določa vire ogrožanja ter strateške cilje in naloge za preprečevanje nesreč. Deluje tudi v smeri razvoja sistema in krepitve pripravljenosti, zaščite in reševanja ter odpravljanja in lajšanja posledic nastalih nesreč. Iz tega

izhaja tudi, da je preventiva dolžnost vsakega posameznika. Velja načelo, da je ob nesreči vsak dolžan pomagati po svojih močeh in sposobnostih (Ušeničnik, 2002, str. 466–470).

Gasilci tako posredujejo pri praktično vseh zgoraj navedenih vrstah nesreč. Njihovo posredovanje je nekoliko odvisno od klasifikacije in pooblastil določenega društva, a požari že dolgo niso več edina vrsta nesreč, s katerimi se srečujejo gasilci, kar je verjetno zmotno mišljenje marsikoga. Predvsem to velja za društva GEŠP.

1.3.2. Gasilske intervencije

Gasilske enote s svojimi člani in gasilsko opremo (vozili) predstavljajo najmočnejšo silo za ukrepanje in posredovanje v primerih naravnih in drugih nesreč. S tem tudi uspešno opravljajo naloge javne gasilske službe v sklopu gašenja požarov ter najrazličnejših drugih nesreč. Sčasoma je postalo posredovanje, povezano z velikimi naravnimi nesrečami, vedno pogostejša intervencija, predvsem zaradi podnebnih sprememb, razvoja civilizacije ter razvijajoče se tehnologije. Takšnih dogodkov je iz leta v leto več in za seboj puščajo veliko materialno škodo, uničujejo naravo in naselja ter še mnogo drugega (Gasilstvo, b. d.).

Zakon o gasilstvu (2005) v 5. členu opredeljuje naloge gasilstva kot »gašenje in reševanje ob požarih, prometnih, okoljskih oziroma ekoloških in industrijskih nesrečah, zaščita in reševanje oseb in premoženja ob naravnih in drugih nesrečah, požarna straža ter druge splošne reševalne naloge. Operativne naloge gasilstva so tudi preventivne in operativne naloge v zvezi z varstvom pred požarom.«

Gasilska intervencija je opredeljena kot izvajanje operativnih nalog gasilstva ob požaru, naravnih in drugih nesrečah, predvsem z namenom, da se reši ali zavaruje ljudi, premoženje, okolje, živali ali kulturno dediščino (Pravila gasilske službe, 2010).

Intervencija se začne s klicem posameznika na Regijski center za obveščanje (v nadaljevanju ReCO) ali z aktivacijo pristojnih organov (policija, zdravstvo, lokalna skupnost). Na podlagi načrta za obveščanje in aktiviranje gasilskih enot na ravni občine je aktivirano pristojno gasilsko društvo. Gasilci dobijo poziv preko aplikacije na telefonu ali pozivnika. Ob njihovem prihodu v gasilski dom se začne priprava na intervencijo. Vsak mora poskrbeti za svojo osebno zaščitno opremo, prav tako se pripravi dodatna oprema glede na vrsto intervencije. Nato se določi vodjo intervencije. Po navadi je to gasilec z najvišjim činom oziroma tisti, ki je najbolj usposobljen za nalogo in ima največ izkušenj. Vodja ima posebne naloge in pooblastila, kot so

skrb za varnost gasilcev, omejevanje dostopa osebam na kraj intervencije, odrejanje umika in odstranitve ovir ter ljudi in podobno. Predvsem je zadolžen za koordinacijo dela med intervencijo. V najkrajšem možnem času morajo zapustiti gasilski dom in izvoziti na intervencijo. Med intervencijo ves čas poteka komunikacija med vodjo in ReCO. V primeru, da je potrebna pomoč drugega društva, se na podlagi načrta zaščite in reševanja z odločitvijo regijskega poveljnika aktivira dodatna pomoč. Ko gasilci pridejo na kraj dogodka, tam posredujejo glede na specifiko, vrsto nesreče, njene posledice in taktiko reševanja. To pomeni, da strokovno opravljajo naloge zaščite, reševanja in pomoči: gašenje požara (notranjega ali zunanjega), tehnična pomoč in reševanje v prometnih nesrečah (odpiranje vrat, rezanje vozila, izvlek osebe, prenos ponesrečencev), delo z nevarnimi snovmi (dekontaminacija, izpiranje), reševanje na vodi (uporaba hovercrafta) in podobno. Posredujejo toliko časa, dokler niso naloge zaključene ali jih ne zamenja drugo moštvo. Brez povelja nadrejenega ne smejo zapustiti kraja nesreče. Ko se situacija razreši, pospravijo svojo opremo in odidejo nazaj v gasilski dom. Po potrebi uredijo in očistijo uporabljeno opremo in jo pospravijo na svoje mesto. Ob zaključku intervencije je vodja zadolžen, da poroča o dogajanju na ReCO ter predloži poročilo pristojnemu organu. Porabljena materialna sredstva in prisotnost posameznih gasilcev se zabeleži v Informacijski sistem Uprave RS za zaščito in reševanje o nesrečah in intervencijah SPIN (Pravila gasilske službe, 2010; Zakon o gasilstvu, 2005).

Po potrebi se po končani intervenciji opravi analiza. Ta lahko pokaže dobre in slabe plati posredovanja, s čimer se pridobi koristna spoznanja za odpravo pomanjkljivosti ter razvoj dejavnikov, ki izboljšajo uspešnost gasilskih intervencij (Pograjc, 2010, str. 27–28).

Statistika PGD Litija za leto 2023 kaže, da so večino intervencij, v katerih so posredovali, predstavljale prometne nesreče (41 %). Sledi tehnična in druga pomoč (29 %), požari v objektih in naravi pa predstavljajo izjemno majhen del (4,5 %). Povprečna intervencija je trajala dobro uri in pol, natančneje 1 uro in 42 minut (Poročilo rednega letnega zbora članov PGD Litija, 2024).

1.3.3. Posledice nesreče in intervencije na gasilce

Za lažje razumevanje nesreč in njihovega vpliva na posameznike, pri čemer gasilci kot prvi posredovalci niso izvzeti, moramo razumeti potek soočanja z nesrečo. Z njo in njenimi posledicami se najlažje soočimo, če smo bolj pripravljeni nanjo, za boljšo pripravljenost pa je

pomembno načrtovanje, ki ga lahko razdelimo na štiri med seboj povezane stopnje (Dynes, 1982 v Polič, 1994a, 24–26):

- Blažitev: pomeni vse dejavnosti, ki pripomorejo k odstranjevanju ali zmanjšanju verjetnosti nesreče in njenega vpliva (npr. standard za protipotresno gradnjo).
- Pripravljenost: se nanaša na načrtovanje in uvajanje dejavnosti, ki omilijo škodo, ki je bila povzročena v nesreči, prav tako na dejavnosti, ki omogočajo učinkovitejši odziv na nesrečo (opozorilni sistem, izobraževanje, zaloga opreme).
- Odziv v sili: pomaga žrtvam nesreče, zmanjša drugotno škodo in pospeši ukrepe za okrevanje. To se nanaša tudi na odziv skupnosti, željo po pomoči in delo reševalcev.
- Okrevanje: je del dejavnikov po nesreči, ki so usmerjeni v obnovo skupnosti. Gre tudi za sanacijo škode, prehajanje v normalno življenje.

Za gasilce so pomembne vse stopnje soočanja z nesrečo. Njihovo delo obsega preventivne ukrepe, ki jih lahko izvajajo neposredno, dobro morajo biti pripravljeni na nesrečo (tako z vidika izurjenosti kot tudi psihološko) ter znati odreagirati v vsaki situaciji. Lahko so tudi del kasnejše sanacije in vračanja okolja v normalno stanje. Ne glede na dobro pripravljenost in seznanjenost s potekom lahko nesreča pusti na gasilcih velike posledice.

Na odziv prvih posredovalcev ob nesreči vpliva več dejavnikov, med njimi osebnostne lastnosti in druge značilnosti posameznika ter razmere v dani situaciji. Kot osebnostne in druge lastnosti pojmujemo gasilčeve izkušnje, starost in spol. Dane razmere pomenijo na primer videz posmrtnih ostankov udeleženih v nesreči ali čakanje na začetek reševanja. Soočanje z nesrečo je za posameznika lahko zastrašujoča izkušnja. Ta lahko prvega posredovalca zelo prizadene in mu povzroči psihične težave, ne glede na izkušnje. Višja stopnja čustvene stiske je bila opažena pri ljudeh, ki so bili mlajši, neizkušeni, z nižjimi čini in ki so bili neposredno v stiku s ponesrečenci (Polič in Kranjčec, 2001, str. 411). Musek (1994b, str. 32) kot najpomembnejšo osebnostno lastnost pri soočanju z nesrečo navaja čustveno stabilnost, ki omogoča najboljše okrevanje po dogodku. Osebnostna lastnost za bolj konstruktivno vedenje v času katastrofalne situacije je osebna čvrstost. Ta se nanaša na jasno orientiranost in težnjo k aktivnemu angažiranju.

Raziskave med slovenskimi reševalci (Svetina, Tušak, Masten in Tušak, 2007; Novak, 2008; Terdič, 2008), posebej med gasilci, so pokazale, da so zanje najstrašnejše intervencije in dogodki tisti, pri katerih so se poškodovali sami, kadar je bil huje ali celo smrtno poškodovan sodelavec ter kadar so v nesreči umrli njihovi bližnji ali otroci (Lavrič in Štirn, 2016, str. 90).

Velik stres jim povzročajo tudi zahtevnejše intervencije, kot so izpostavljenost skrajno nevarnim snovem (zemeljskemu plinu), poskus samomora ali samomor, oživljanje žrtve ter reševanje žrtve kateregakoli nasilja (Lavrič in Štirn, 2016, str. 93).

Največji stres za udeležence predstavlja posredovanje v nesrečah s smrtnim izidom, saj je tema smrti še vedno tabu (Bucik Ozebek, 2016). Tako se prvi posredovalci, ki imajo stik s preminulo osebo ali celo osebo, ki je umrla pred njihovimi očmi, srečujejo s težko situacijo, predvsem kadar se je morajo dotikati in ji nuditi prvo pomoč.

Reševalci so ob prihodu na kraj nesreče priče zelo neprijetnim situacijam, hudim telesnim poškodbam, morda celo smrti. Raziskave kažejo, da naj bi bilo za prve posredovalce značilno, da se med opravljanjem svoje naloge osredotočajo zgolj na nalogo in svoja čustva potlačijo (Šešok, 1998, str. 222). Vseeno lahko posredovanje v nesreči povzroči močna čustva med intervencijo in po njej. Če mislijo, da so neučinkoviti, pride tudi do sramu ali krivde, kar lahko vodi v osebno krizo (Lavrič, 2011, str. 303). Reševalci so ob nesrečah čustveno vpleteni. Empatija jim vzbuja željo pomagati ljudem in jim omogoča, da druge postavijo pred sebe. Pojavi se lahko »sočutna izčrpanost«, za katero so ljudje različno dovzetni (Šešok, 1997, str. 295).

Obstaja tudi pojav, ki ga imenujejo »sindrom uniformiranih uslužbencev«, za katerega je značilno, da posamezniki, predvsem prvi posredovalci, občutijo strah pred izražanjem šibkosti ali čustev, zato zanikajo stres, ki ga doživljajo, in zavračajo psihosocialno podporo in pomoč (Snoj Hrustek, 2016).

Za gasilce, reševalce in druge prve posredovalce je značilna situacija, ko sami niso neposredno vpleteni v nesrečo, a so vseeno izpostavljeni stresu, ko morajo posredovati in nuditi pomoč drugim (Stritih, 2006, str. 332). Posamezniki se v večini primerov s posledicami, ki jih prinaša njihovo delo, spopadajo sami in jih bolj ali manj uspešno predelajo. Če pri tem niso uspešni, se to kaj hitro začne kazati pri njihovem nadaljnjem delu in v osebnem življenju (Sešok, 1997, str. 296). Po nesreči reševalec velikokrat premleva dogodke, razmišlja, kaj je bilo storjeno in ali bi bilo lahko bolje (Milivojević, 2008, str. 92).

1.4. STRES IN TRAVMA

Pri svojem delu se gasilci preko intervencij srečujejo z najrazličnejšimi nesrečami – nepredvidljivimi dogodki, kar povzroči krizo. Ti dogodki vplivajo nanje povsem različno. Glede na stopnjo vpliva in dovzetnost posameznika lahko doživijo najrazličnejše posledice, predvsem na psihični ravni.

Z besedo kriza opisujemo neko prelomnico. Poznamo dve vrsti krize: razvojno in travmatsko. Ko smo v krizi, naše izkušnje, vzorci delovanja in načini odzivanja niso več ustrezni, da bi se lahko uspešno spopadali z novonastalo situacijo. Občutimo lahko negotovost, dvome, zaskrbljenost, strah in izgubimo nadzor nad položajem. To povzroči nenaden dogodek, na katerega nismo pripravljeni. Lahko se zgodi ob večji ali manjši nesreči, ne glede na to, ali smo udeleženi ali le priča, kot na primer prvi posredovalci. Težave ob doživetju takšnega dogodka se lahko pojavijo tudi pozneje, kot spomin na dogodek (Lavrič in Štirn, 2016, str. 16).

Na krizne dogodke se različni ljudje odzivajo različno. Za to obstajata dva glavna razloga. Če ima človek dober podporni sistem, se lažje sooči s situacijo, prav tako, če ima dovolj notranjih virov za spopadanje z njo (Lavrič in Štirn, 2016, str. 16). Krizni dogodki lahko stres ali celo travmo povzročijo tudi po zaključku dogodka, kar se ob neustrezni podpori in soočanju s tem prelevi v številne težave.

1.4.1. Stres

Stres je pojav, ki nas spremlja celo življenje. Prav gotovo smo ga občutili že vsi, v zgodovini je imel veliko težo kot neizogiben pojav v vsakdanjem življenju, zato se omenja že v starejši literaturi in umetnosti. Razlog tako široke prisotnosti v človeških skupnostih je v kompleksnosti človekovih družbenih, osebnih, okoljskih interakcij, v interakcijah človeka z obkrožajočimi stiskami in raznolikosti izražanja stresa (Shahsavarani, Abadi in Hakimi Kalkhoran, 2015, str. 230). Stres ima za različne ljudi zelo različen pomen. Najstarejša in najbolj generična definicija naj bi bila, da je stres nespecifični odziv telesa na katero koli zahtevo ali potrebo (»demand«) (Fink, 2017, str. 2).

Konflikti, frustracije, problemi in težave so normalen del našega vsakdana. V zmerni obliki in intenzivnosti nas kot izzivi spodbujajo k napredku. Ko se začnejo pojavljati prepogosto, nas obremenjujejo. Takrat govorimo o duševnih obremenitvah. Hujše konflikte in frustracije, ki nas obremenjujejo prekomerno in povzročajo že telesno ali psihično stisko naši osebnosti,

imenujemo stresorji, njihove posledice pa označimo z izrazom stres. To je sklop odzivov našega organizma na delovanje stresorjev, ki poteka po vzorcu:

- *alarmna faza*, ko stresorji povzročijo upad in dezorganizacijo delovanja (šok), pojavijo se tudi znaki mobilizacije in pripravljenosti za spopad (protišok); fazo lahko imenujemo tudi stresni odziv (Lavrič in Štirn, 2016, str. 17);
- *odpor*, ko se okrepi delovanje za obvladanje učinkov stresorja; če so učinki uspešni, se delovanje vrne na običajno raven, v nasprotnem primeru pa začne delovanje pešati, pojavijo se izčrpanost in motnje; ter
- *faza izčrpanosti*, ko se sistem neuspešno bojuje s stresorji, kar se lahko konča celo s smrtjo.

Obremenjujoč stres je lahko posledica delovanja enkratnih hudih, stresnih dogodkov, lahko pa je tudi posledica delovanja ponavljajočih se drobnih stresov, ki jih doživljamo vsakodnevno (Musek, 1994b, str. 2–30).

Beseda stres se v vsakdanji rabi uporablja tudi za opisovanje drugih različnih stanj in okoliščin. Večinoma ga povezujemo z negativnimi vidiki in posledicami. McGonigal (2015) opiše stres kot pojav, ki nastane, ko je nekaj, kar nam je pomembno, ogroženo. Gre torej za miselni, čustveni, telesni in vedenjski odziv na stresorje (dogodke, odnose, okoliščine, spremembe) (Lavrič in Štirn, 2016, str. 16–17). Stresorji sami po sebi sicer ne pomenijo stresa. Razliko naredi to, kako jih vidimo, razumemo in kaj pričakujemo. Stres je tako po eni strani povezan z zaznavo in presojo zahtev, pritiska okolja in spremembami, s katerimi se soočamo, ter po drugi strani z našimi sposobnostmi in zmožnostmi izpolnitve postavljenih zahtev in obvladovanja sprememb. Naše osebnostne lastnosti, demografske značilnosti, zdravstveno stanje, družinske in gospodarske razmere ter splošna kakovost življenja vplivajo na doživljanje in odziv v stresnih situacijah. Sem spadajo tudi izkušnje in osebna prepričanja. Nekdo lahko enako situacijo doživi kot grožnjo, posledično zelo stresno, drugi pa jo vidi kot izziv, priložnost, torej veliko manj stresno (Lavrič in Štirn, 2016, str. 17).

Poznamo več vrst stresa. *Akutni stres* imenujemo stres, ki je del našega vsakdanjika in je lahko spodbuden (evstres) ali obremenjujoč (distres). *Epizodični akutni stres* pomeni stalen pritisk vsakodnevnih pričakovanj in zahtev. *Kronični stres* doživljamo, ko smo posameznim stresorjem dolgoročno izpostavljeni in ti delujejo negativno, kar nas bremeni. *Travmatski stres* nastane kot posledica travmatičnega dogodka in je najbolj bremenilen (Musek, 1994b, str. 31–32).

Znaki škodljivega oziroma negativnega stresa se kažejo na telesnem, psihičnem/čustvenem in vedenjskem področju. Telesne znake prepoznavamo kot nespečnost, glavobole, tresoče dlani, nihanje v telesni teži, mrzle dlani in stopala ter vročinske valove. Najbolj izraziti in pogosti psihični znaki so nezadovoljstvo, žalost, nemir, nespoštovanje sebe, raztresenost in težave s koncentracijo. Kot vedenjske znake stresa prepoznamo zapiranje vase, zavračanje dela, odvisnosti, odklonilna vedenja in tako dalje (Božič, 2003, str. 20–22).

Kot tipične krizne dogodke, ki se glede na dovzetnost in odsotnost reševanja posameznika lahko spremenijo v stres ali celo travmo, opredelimo fizične poškodbe, nenadno smrt bližnjega, grozeče nevarnosti, nesreče in podobno (Nastran Ule, 1993, str. 129).

Doživeta nesreča povzroči stres, lahko tudi travmatskega. Stresni odziv nastane, ko se začne stanje psihofizičnega »alarma«, ki poveča budnost in aktivnost organizma. Če se ne uspemo uspešno spoprijemati s stresorji, se energija v telesu porablja, ne da bi se obnavljala. To privede do nadaljnjih težav (Lavrič in Štirn, 2016, str. 17; Umek, 2008).

1.4.2. Travma

Beseda travma izhaja iz grščine in prvotno pomeni rano ali poškodbo (Kucmin, Kucmin, Nogalski in Sojczuk, 2016, str. 269).

Sprožilec travme je travmatični dogodek, ki mu lahko rečemo tudi stresni pojav. Opredelimo ga lahko kot dogajanje, katerega stvarne razsežnosti zaradi njegove narave ali intenzitete presegajo običajna stanja doživljanja. S tem povzroči grozo, trpljenje in najrazličnejše psihofiziološke motnje (Mikuš Kos in Slodnjak, 2000, str. 11). Travmatični dogodki so skrajno negativni, nepredvidljivi ali nenadni, zaradi česar jih je zelo težko nadzorovati. Zanje je značilno, da so izjemno ogrožajoči. Ker posameznik nima nadzora nad dogodkom in ga ne more obvladovati, se pojavijo dezorganizacija psihološko-fizičnih odgovorov, čustvena prizadetost in motnje v vsakodnevnem delovanju (Lavrič in Štirn, 2016, str. 18).

Travmatični dogodek vsaj za nekaj časa poruši psihološko, telesno in socialno ravnovesje, občutek varnosti in zaupanja. Z nadzorovanjem teh dejavnikov, kolikor je to mogoče, in dobro pripravljenostjo lahko odzive na travmatične dogodke izboljšamo (Lavrič in Štirn, 2016, str. 19).

Kot travmatični dogodek se smatra tudi prisotnost pri nesreči, poškodbi ali kakršnem koli ogrožanju telesne integritete druge osebe. Ne gre torej nujno za neposredno vpletenost v

dogajanje (Cvetek, 2010, str. 21; Skušek, 2017, str. 208). Primeri travmatičnih dogodkov so prometne nesreče, požari, potresi, utopitve, dogodki pri delu, druge naravne nesreče, smrt bližnjih, hude bolezni in različna kazniva dejanja. Sem spadajo grožnje in nasilje vseh vrst, ki so ga ljudje deležni ali pa ga le vidijo (Lavrič in Štirn, 2016, str. 16). Pričam travmatičnih dogodkov pogosto ne namenimo dovolj pozornosti, zaradi česar se jim lahko pojavijo težave pozneje, na primer ko se ponovno spomnijo na dogodek (Lavrič in Štirn, 2016, str. 16). Gasilci in tudi drugi prvi posredovalci so najpogostejše priče nesreč. V tem vidim še toliko večji pomen nudenja ustrezne psihosocialne podpore in pomoči, da bi olajšali morebitne kasnejše težave pri predelavanju dogodkov.

Travmatične dogodke lahko glede na vrsto razdelimo na kratkoročne in dolgoročne. *Kratkoročni travmatični dogodki* so kratki, nenadni, nepričakovani ter pustijo močno sled v spominu posameznika. To so lahko naravne nesreče, nesreče, ki jih je povzročil človek, nenadna smrt in namerno povzročena agresivna dejanja. Glede na to definiramo tudi tip osebe, ki je doživela en travmatski dogodek. *Dolgoročni travmatični dogodki* so stresne situacije, ki se ponavljajo, trajajo dlje časa ali pa so jim ljudje izpostavljeni več časa. Sem sodijo ponavljajoča se zloraba, vojne, kronične bolezni in nesreče z dolgotrajnim učinkom. Tako so ljudje, ki to doživljajo, ponavljajoče travmatizirani (Sešok, 1998, str. 220; Mikuš Kos in Slodnjak, 2000, str. 34–35).

Kot omenjeno v uvodu poglavja lahko krizni (nepričakovani) dogodek povzroči najprej stres, – odziv se imenuje akutna stresna reakcija ali travmatski stres – posledično tudi travmo. Za travmatsko krizo je značilno, da jo povzroči nenaden travmatičen dogodek, na katerega nismo bili pripravljeni. Na razvoj travme odločilno vplivata trajanje in intenziteta travmatičnega dogodka. Lahko bi rekli, da nas »udari kot strela z jasnega«. Lahko gre za manjšo ali večjo nesrečo, kar je popolnoma odvisno do percepcije in odpornosti posameznega človeka ter njegovih sposobnosti soočanja s tem. Zgodi se, ko človek doživi resno grožnjo svojemu življenju ali življenju in varnosti drugih (Lavrič in Štirn, 2016, str. 16).

Travmatski stres se lahko pojavi kot odziv na travmatičen dogodek oziroma travmatsko krizo. Tako lahko govorimo o razponu med akutnimi homeostatičnimi odzivi in kronično patologijo (Sešok, 1998, str. 219).

Na tem mestu se mi zdi smiselno omeniti tudi sekundarno oziroma posredno travmo, ki je na splošno značilna za poklice, ki pomagajo, tudi v socialnem delu. Gre za spremembo pogleda na svet in rušenje občutkov zaupanja vase, do česar pride zaradi posredne izpostavljenosti travmi

pri delu z ljudmi, ponesrečenci. Glavni simptomi so podobni posttravmatski stresni motnji: jeza, žalovanje, bes ali strah (Michalopoulos in Aparicio, 2012, str. 646–648). Sekundarna travma se kaže skozi izkušnjo pomagajočega, ki se s svojim odnosom empatično odziva na ljudi, ki so izpostavljeni travmatičnim izkušnjam in govorijo o njih (Cvetek, 2010, str. 29).

Če na kratko povzamem pregled pomena krize, stresa in travme, je kriza oziroma krizni dogodek vsak dogodek, ki se zgodi nepričakovano, in ne vemo, kako bi se nanj odzvali. Stres je odziv na pritisk okolja. Če je stres preveč bremenilen za posameznika, lahko preide tudi v travmatski stres, ki je posledica travmatičnega dogodka. Travmatični dogodek, hud krizni dogodek, je nenaden, intenziven dogodek, ki povzroči hudo čustveno ali psihološko škodo in vodi v travmo, če izkušnja ostane nepredelana. Travma nastane po doživetju travmatičnega dogodka, ki je lahko enkraten ali ponavljajoč. Vsakršen razvoj težav, ne glede na vrsto dogodka, je povsem odvisen od dovzetnosti posameznika in njegovih načinov spoprijemanja s tem.

1.4.3. Obrambni mehanizmi ter odzivi na travmatične in stresne dogodke

Za razumevanje odzivov na travmatične in stresne dogodke moramo poznati različne odzive ljudi, njihove obrambne mehanizme in mehanizme preživetja.

V skrajno stresnih in nevarnih situacijah se lahko sprožijo tako imenovani mehanizmi preživetja. Poznamo *boj, beg* ali *zamrznitev*. Gre za prvinske odzive, ki so nekontrolirani in avtomatski. Vse se dogaja v malih možganih, ki nadzirajo naše motorične funkcije. Noge so prve, ki se odzovejo. Ko ne vidimo izhoda, smo pred zaprtimi vrati, bodo roke oziroma pesti naš vir pomoči za preživetje. Ko si niti s tem ne moremo pomagati, pride sprejetje, predaja, pasivno čakanje ali zamrznitev, ki je zadnja možnost. V takih kriznih trenutkih je zelo omejena možnost uporabe velikih možganov, vseeno pa se nam kdaj uspe v trenutku vprašati, ali ravnamo pravilno (Lavrič in Štirn, 2016, str. 26–27). Razen boja so našteti načini soočanja po navadi nekonstruktivni, vendar pa to ne drži v vseh situacijah. Bolj konstruktivni načini soočanja so odstranitev ali premostitev ovire, preusmeritev k drugemu enakovrednemu cilju, odložitev cilja za krajši čas in sublimacija oziroma zadovoljevanje družbeno nesprejemljivih teženj v subliminirani obliki (Musek, 1994b, str. 32).

S pomočjo obrambnih mehanizmov, ki imajo vitalne funkcije vzdrževanja osebnega ravnovesja, se lahko spopadamo s travmatičnimi dogodki. To niso zavestne izbire posameznika; s tem nam je narava dala samodejno pomoč za obvladovanje stiske. Uporabljamo jih prav vsi.

So del grajenja osebnosti in so nujni za normalno delovanje ter pomagajo zmanjšati anksioznost (zaskrbljenost, tesnobo). Mogoči obrambni mehanizmi so (Lavrič in Štirn, 2016, str. 21–25; Musek, 1994b, str. 34–35; Pečjak, 1994, str. 51–55) naslednji.

- *Zanikanje* je najpogostejši prvi odziv. S tem se slepimo, da se travmatični dogodek ni zares zgodil. Lahko je delno ali popolno, trajanje je različno dolgo. V večini primerov se zgodi v prvih nekaj minutah in nam pomaga, da ostanemo zbrani in bolj suvereno odreagiramo na nastalo situacijo. Za tem ponavadi pride do potrditve negativne informacije in lahko se »zlomimo«. Zanikanje tako naredi kratek zamik, v katerem se pripravimo na najhujše. Lahko je tudi dolgoročni mehanizem, ki nam omogoča, da se spopadamo s krizo, kar pa ima škodljive posledice.
- *Izolacija* nam pomaga izolirati čustva, ki jih doživimo, od naših misli. Odziv je tako popolnoma razumski; lahko bi ga enačili z delovanjem robota. Vedenje pri takem odzivu je nasprotno od sproščenega pogovora o dogodku. Zapremo se vase in se umaknemo od drugih ljudi. Nekateri ljudje tako dobro zakrivajo svoja čustva, da navzven delujejo povsem zbrano in v ravnovesju. S pravo podporo se osebi lahko pomaga izraziti čustva, da se tako spoprime s posledicami.
- *Racionalizacija* je mehanizem, s pomočjo katerega zmanjšujemo pomen in težo dogodka ali grožnje. S tem zmanjšujemo tudi resnost posledic travmatičnega dogodka, ki smo ga doživeli.
- *Projekcija* pomeni, da prenesemo svoje lastnosti ali doživljanje na nekoga drugega, kar pomeni, da mislimo, da se to ni zgodilo nam, ampak nekomu drugemu. S projekcijo se človek brani doživljanja občutkov, bolečine. Pomembno je, da znamo zagotoviti aktivno podporo, s pomočjo katere posameznik izrazi svoja čustva neposredno, ne s projekcijo.
- *Identifikacija z agresorjem*, ki jo imenujemo tudi stockholmski sindrom, je mehanizem, ki pomaga preživeti travmatično izkušnjo in si rešiti življenje. Ljudje se postavijo na stran agresorja, proti rešiteljem, zaradi tako močnih občutkov ogroženosti, strahu in tesnobe, da se je popačila njihova zaznava stvarnosti. Močni občutki se tako zmanjšajo, saj je grožnja odmaknjena od aktualnega odnosa med žrtvijo in povzročiteljem.
- *Dislokacija* pomeni, da odzive, povezane s travmatičnim dogodkom, izražamo drugje, ne v situaciji, v kateri bi bilo to ustrezno. V konkretnem primeru to pomeni, da so ljudje jezo in napetost doma prenašali na svoje družine. Za razliko od drugih mehanizmov se ljudje v večini primerov zavedajo svojih dejanj, vendar si ob tem ne morejo pomagati.

- *Izbruh v vedenju* je izražanje stiske in napetosti, ki ju človek čuti v sebi. Navadno je to intenzivno vedenje, na primer butanje z glavo ob steno, razbijanje predmetov in podobno. V telesu ostaja veliko tesnobe, napetosti in neprijetnih čustev, kar povzroči izgubo nadzora nad vedenjem, nekaj trenutkov kasneje pa se stanje umiri in človek po večini ne ve, zakaj je storil kaj takega.
- *Regresija* je vrnitev na manj zrelo stopnjo doživljanja in ravnanja, ki se kaže v načinu mišljenja in ravnanja, kot da je oseba v situaciji nemočna in se odreče odgovornosti. Zavzame lahko vlogo žrtve, iz katere pa težko izstopi. Pojavijo se lahko tudi manj zrela vedenja (grizenje nohtov).
- *Potlačitev* je mehanizem, ko boleče vsebine izrinemo iz zavesti. Izkušnja lahko ostane potlačena tudi dlje časa, v nekaterih primerih za vedno. Gre za potlačitev dela izkušnje ali pa celotnega dogodka. Oseba ne ve, zakaj je do tega prišlo, niti nima motiva za to. Začasno je lahko potlačitev koristna, saj pomaga pri obvladovanju situacije in stiske, pri dolgoročnih potlačitvah pa se pojavi težava, ker oseba ne predela izkušnje in ne okreva po njej.
- *Disociacija* pomeni fenomen ločenih identitet ali osebnostnih stanj, ki jih posameznik menja. Je značilnost dogodkov, ki porušijo integriteto posameznika. Disociacija ima dvojno funkcijo: osebi pomaga, da se umakne travmi v času dogodka ter odloži integracijo izkušnje v perspektivo svojega življenja. V praksi ima človek lahko občutek, da stoji poleg samega sebe in se opazuje, gleda svet v megli, zaradi česar ne čuti fizične ali čustvene bolečine.
- *Kompenzacija* ali izravnavanje je pojav, ko izravnavamo svoje neuspehe ali nemoč z uspehi na drugih področjih. Na primer: če nismo dobri v šoli, bomo kompenzirali z velikimi uspehi na športnem področju.
- *Substitucija* ali nadomeščanje se zgodi takrat, ko skušamo namesto težavnega ali nedosegljivega cilja izbrati nadomestek, torej drug, lažje dosegljiv cilj.

Poznamo štiri faze odziva na travmatične dogodke. Te se lahko dogajajo zaporedno v krajšem ali daljšem časovnem obdobju. Trajanje faz je povsem odvisno od posameznika, okoliščin dogodka ter ustrezne podpre in pomoči. Med travmatičnim dogodkom večina ljudi ostane zbranih in se odziva tako, da bi sebe ali druge zaščitila pred nevarnostjo. Prva faza za tem je *šok*. Ko se začnemo zavedati, kaj se je zgodilo, občutimo močna čustva in poseben odziv telesa. Strah je močno čustvo, ki povzroči, da je telo budnejše in aktivnejše ter se je pripravljeno odzvati na nevarnost. Zaradi tega prihaja do motenj spanja in prehranjevanja, mišične napetosti

in nemira, pojavljajo se tudi intenzivne misli na travmatični dogodek. Nekateri fazo šoka doživljajo brez odzivov, drugi pa so zelo prizadeti. Faza lahko traja nekaj minut, ur ali celo dni. Sprožajo se mehanizmi preživetja. V tem času lahko osebi pomagamo s tem, da ji nudimo varnost, razumevanje in občutek, da nam je mar zanjo. Sledi faza *zanikanja in podoživljanja*. Ta pojava se izmenjujeta v obdobjih. Dogaja se, da človek misli, da je že predelal izkušnjo in odrinil misli na travmatični dogodek, v naslednjem trenutku pa ga ponovno podoživi, kar ga spravi nazaj »na tla«. Značilna stanja za to obdobje so utrujenost, bolečine v mišicah, bojazljivost in večja razdražljivost. Človek se v tem času bori proti temu, da bi priznal, kaj se mu dogaja, oziroma si močno želi, da se to ne bi zgodilo. Faza lahko traja tudi več tednov. Tretja faza je *predelava*. Postopoma se vrača občutek varnosti, telo se umirja in ponovno se vzpostavlja energija in želja po vsakdanjem življenju. Travmatična izkušnja ne narekuje več delovanja. V tem času se človek spoprime s posledicami izkušnje, proti koncu pa tudi že sprejme »brazgotine«, ki so nastale. Govor in razmišljanje o dogodku osebe ne spravljata več v stisko. Ostane spomin na dogodek, ni pa več boleč tako kot v prvih dneh ali tednih. Zadnja faza je *vključitev izkušnje*. Doživet dogodek se vključi v perspektivo posameznikovega življenja ter postane izkušnja, izhodišče in temelj za življenje v prihodnosti.

Nihanje razpoloženja je povsem normalen odziv na travmatični dogodek. Problem se pojavi, če človek v daljšem obdobju okrevanja ostane v fazi izogibanja in podoživljanja, z občutki nemoči. Težave se lahko pojavijo tudi dolgo po tem. Med okrevanjem sta najpomembnejši opora in pomoč bližnjih. Tako se soočimo z izkušnjo, čustvi, namesto da bi bežali stran in jih potlačili (Lavrič in Štirn, 2016, str. 29–30).

Odzivi posameznika na travmatičen dogodek so zelo različni. Telesni odzivi so predvsem težave z dihanjem, povišan srčni utrip, slabši sluh, tunelski vid, »cmok« v grlu in bolečine po telesu. Na čustvenem področju se pojavljajo odzivi, kot so neranljiv občutek ali, nasprotno, popolna apatičnost, zaskrbljenost, strah, nemir, jeza, krivda, hvaležnost in povečana skrb za druge. Vedenjski odzivi so lahko težave z govorom, hiperaktivnost, izbruhi jeze, jok ter odmik v odnosih z drugimi. Kot druge težave, ki so posledica odziva na travmatičen dogodek, se pojavljajo težave s spominom, zmanjšana objektivnost, slabša koncentracija ter dezorientiranost in zmedenost (Lavrič in Štirn, 2016, str. 34–37). Značilni odzivi na travmatično situacijo so intenziven strah, nemoč in groza (Skušek, 2017, str. 208). Druge posledice so tudi ponavljajoča in vsiljujoča se spominska podoživljanja dogodka, ponavljajoče se sanje, nenadna doživljanja, kot da se dogodek ponovno pojavlja, ter močno distresno doživljanje nadaljnjih situacij, ki spominjajo na dogodek ali ga simbolizirajo (Musek, 1994a, str. 39).

1.4.4. Motnje, povezane s travmo in stresom

Po izpostavljenosti travmatičnim ali stresnim dogodkom, ki so lahko kratkotrajni ali dolgotrajni, pride ob nepravilnem soočanju in predelavi do najrazličnejših motenj. Te so (Lavrič in Štirn, 2016, str. 43):

- reaktivna motnja navezanosti (inhibiran vzorec čustveno umaknjenega obnašanja skrbnikov);
- motnja dezinhibirane socialne angažiranosti (vzorec obnašanja, ko otrok aktivno pristopa k neznancem in komunicira z njimi);
- prilagoditvena motnja (odziv na stresor s pojavi v treh mesecih po nastopu stresorja);
- akutna stresna motnja (izpostavitev dejanski smrti ali grožnji, hude poškodbe ali nasilje) in
- potravmatska stresna motnja (izpostavitev dejanski smrti ali grožnji, hude poškodbe ali nasilje).

Zadnji dve sta najbolj povezani z delom gasilcev in njihovimi odzivi na travmo in stres, zato ju bom podrobneje predstavila.

Akutna stresna motnja je posledica travmatičnega dogodka, za katero je značilen razvoj simptomov, ki trajajo od treh dni do enega meseca po dogodku (primeri so opisani pri alineji zgoraj). Simptomi, ki se pojavljajo najpogosteje, so povezani z intruzijami, negativnim razpoloženjem, disociacijo, izogibanjem ter spremembami v budnosti in reaktivnosti in ovirajo posameznikovo vsakodnevno delovanje na vseh življenjskih področjih. Po večini se posameznik, ki ima akutno stresno motnjo, sooča z anksioznostjo, podoživljanjem dogodka (»flashbackom«) in povečano reaktivnostjo. Znaki omenjene motnje obsegajo tudi občutek otopelosti, obup, motorični nemir, depresivnost, težave s spanjem ter izogibanje situacijam, ki bi spominjale na travmatični dogodek (Lavrič in Štirn, 2016, str. 43–44).

Najbolj poznana in najpogostejša posledica travme in hudih stresnih dogodkov, predvsem takih, ki ostanejo nepredelani, je potravmatska stresna motnja (v nadaljevanju PTSM). Druge posledice travmatskega stresa so lahko tudi depresija, agresivnost, zmanjšanje sodelovanja v družinskem in poklicnem življenju (Cvetek, 2010, str. 17; Lavrič, 2014, str. 36). PTSM je zapoznel odziv na travmatski dogodek, ki mu je bil posameznik izpostavljen ali pa le priča. V nekaterih primerih lahko nastopi tudi kmalu po dogodku, običajno pa se simptomi začnejo pojavljati tri mesece po dogodku in trajajo več kot en mesec. PTSM ima zelo negativne vplive

na posameznikovo življenje, povzroči hudo dušeno stisko in včasih traja celo več let (Lavrič in Štirn, 2016, str. 45).

Lahko bi rekli, da oznaka PTSM govori o tem, da za simptome načeloma ni kriva oseba sama. To pomeni, da obstaja zunanji dogodek, ki je neodvisen od človeka in pripomore k razvoju simptomatske značilnosti PTSM. Ta dogodek mora biti zares intenziven, da ga označimo za travmatičnega (Skušek, 2017, str. 207).

PTSM lahko definiramo kot stanje ob ponovnem doživljanju travmatičnega dogodka. Zanjo so značilni simptomi, kot so motnje spanja, občutki krivde, težave s koncentracijo, izogibanje aktivnostim, ki spominjajo na travmatski dogodek, in pretirana previdnost (Krizmanić, Fučkar, Havelka, Barath in Kolesarić, 1991, str. 27). Drugi simptomi so tudi ponavljajoče se misli na dogodek ter negativne spremembe v razpoloženju (Lavrič in Štirn, 2016, str. 45). Je psihična posledica stresa, torej gre za tesnobno motnjo, ki je značilna za vedenjske prilagoditve po najtežjih, stresnih dogodkih. Znaki se kažejo tako na vedenjskem in duševnem področju kot tudi na telesnem (Polič, 1988). Ti so sicer zelo podobni znakom akutne stresne motnje, vendar trajajo daljše obdobje oziroma nastopijo kasneje. Poleg njih se pojavljajo tudi sanje o travmatskem dogodku, slabše odzivanje na okolico, izbruhi jeze, omejeno čustvovanje ter pomanjkanje zanimanja za prej pomembne dejavnosti (Lavrič in Štirn, 2016, str. 45). Pojavljajo se močna čustva strahu, sramu, jeze, občutki krivde in nemoči (Resick in Miller, 2009, str. 385–386).

Za PTSM so značilna izogibalna vedenja (Musek, 1994a, str. 39):

- prizadevanje, da bi se izognili mislim in občutkom, ki so povezani s travmo;
- prizadevanje, da bi se izogibali dejavnostim in situacijam, ki zbujajo spomin na travmo;
- nezmožnost spominjanja pomembnega vidika travme (psihogena amnezija);
- veliko zmanjšanje interesa za prej pomembne življenjske dejavnosti;
- občutek odtujenosti in odmaknjenosti od drugih;
- zmanjšano čustvovanje oziroma nezmožnost čutiti (na primer ljubezen) ter
- občutek neperspektivnosti, bolj črne prihodnosti (odsotnost pričakovanj, povezanih z razvojem kariere, ustvarjanjem družine, poroko itd.).

Kot posledica PTSM se kaže povečana stopnja psihofizične vzburjenosti, ki pred dogodkom ni bila prisotna. Pojavljata se pretirana obrambna drža in čuječnost, dogajajo se alarmne reakcije ter neobičajna fiziološka reaktivnost v situacijah, ki spominjajo na travmatični dogodek (na

primer napad znojenja in panike, ko pride oseba na isti ali podoben kraj, kjer je bila travmatizirana) (Musek, 1994a, str. 40).

1.5. PSIHOSOCIALNA PODPORA IN POMOČ

Ob večjih in hujših nesrečah, kot so različne naravne ali druge nesreče (požari, prometne nesreče itd.), ki pustijo posledice na udeležencih in so za njih lahko travmatične, je sistem varstva pred naravnimi in drugimi nesrečami poskrbel za zaščito in reševanje, ob tem pa tudi za psihosocialno pomoč prizadetim. Psihosocialna oskrba vključuje pomoč na psihološki, socialni in praktični (materialni) ravni, psihosocialna pomoč pa vključuje čustveno podporo, podporo pri povezovanju s podporno socialno mrežo (družina, prijatelji), informativno podporo (podatki, nasveti) ter napotitev po pomoč z drugimi oblikami pomoči (zdravstvo) (Lavrič in Štirn, 2016, str. 10).

Koncept omenjene pomoči obsega preventivo pred izgorevanjem, zmanjševanje škodljivega stresa, spoznavanje z morebitnimi čustvenimi, miselnimi, telesnimi in vedenjskimi odzivi na krizne dogodke ter pomoč za čim hitrejše okrevanje po dogodku (Lavrič in Štirn, 2016, str. 12).

Uvajanje modela psihosocialne podpore za reševalce sega v leto 2008, ko je bilo izvedeno tudi prvo izobraževanje. Dober zgled so bili policisti, ki so že uvedli tovariško podporo, v smislu policijskih zaupnikov in 24-urne psihološke pomoči (Lavrič, 2014, str. 37). Po dveh hujših nesrečah, eksploziji v Pivki (2007) in nesreči pri raftingu na Savi (2008), je bila zaznana potreba po načrtni in organizirani psihosocialni pomoči reševalcem. Po zgledu Švedske in Hrvaške je bil leta 2012 razvit Model preventive pred stresom in psihološke pomoči reševalcem (Lavrič, 2022, str. 382). Na podlagi tega so bile narejene tudi Smernice za psihološko pomoč reševalcem (Lavrič, 2012, str. 1). Leta 2018 so oblikovali še Smernice za načrtovanje, usposabljanje in izvajanje psihosocialne pomoči ob nesrečah. V prihodnosti je eden izmed ciljev sprejeti Pravilnik o psihološki pomoči in psihološki podpori v sistemu varstva pred naravnimi in drugimi nesrečami, po zgledu policije (Lavrič 2022, str. 385).

1.5.1. Dinamika in ravni psihosocialne podpore in pomoči posameznikom

Med nesrečo in po njej udeleženi posamezniki potrebujejo psihosocialno podporo oziroma oskrbo. Dinamika psihosocialne pomoči je glede na čas razdeljena na akutno, prehodno in

dolgoročno fazo ter se izvaja na štirih ravneh, ki so osnovna oskrba in varnost, pomoč skupnosti in družine, usmerjena nespecializirana pomoč ter specializirana pomoč (Lavrič in Štirn, 2016, str. 54).

V *akutni fazi*, ki lahko traja do tedna dni po dogodku, je poudarek na ukrepih psihosocialne pomoči pri zagotavljanju praktične pomoči (materialnih dobrin). Ključni elementi začetne pomoči so: čustvena opora z izražanjem razumevanja in sočutja, pridobivanje podatkov o nesreči, neposredna praktična pomoč, specialistična oskrba udeleženih ter podpora svojcem. Delamo tudi na tem, da informiramo ljudi o oblikah pomoči, ki so na voljo. V *prehodni fazi* je poudarek na prilagajanju na psihološke, socialne in praktične posledice nesreče ali dogodka. Faza traja približno en mesec po nesreči, ključne pa so naloge zdravstva in socialnih storitev, med katere štejemo: seznanjanje udeleženih z naravnimi odzivi na nesrečo, ozaveščanje ljudi o oblikah pomoči, empatično poslušanje in podpora, prepoznavanje oseb, ki imajo psihične posledice nesreče, ustanavljanje skupin za medsebojno pomoč ter načrtovanje dolgoročne oskrbe in storitev. Obema fazama sledi še *dolgoročna faza*. V tej so potrebe udeleženih vedno manjše, podpora pa traja nekaj mesecev po nesreči. Število ljudi, ki potrebujejo dolgoročno pomoč, je zelo odvisno od vrste in resnosti nesreče ter števila udeleženih v njej. Predvsem posameznikom, ki se srečujejo s PTSM, je treba nuditi strokovno obravnavo v dolgoročnem obdobju (Seynaeve, 2001, str. 4–5; Lavrič, 2009, str. 219–221; Lavrič in Štirn, 2016, str. 54–56).

Prva raven dajanja psihosocialne podpore in pomoči je *osnovna oskrba in varnost*. Gre za samopomoč posameznikov, znanje o obrambnih mehanizmih in normalnih odzivih na travmatske dogodke. Poteka tudi obnovitev osnovnih socialnih struktur in vlog, ozaveščanje javnosti in ponovno seznanjanje udeleženih z morebitnimi dodatnimi oblikami pomoči, ki so na voljo. Druga raven je *pomoč skupnosti in družine*, ki obsega podporo socialne mreže. Socialni odnosi vplivajo na posameznikovo zmožnost spoprijemanja s stresom in delujejo tudi preventivno. Če prvi dve ravni podpore ne zadoščata za posameznikovo okrevanje po travmatičnem dogodku, je na voljo tudi *usmerjena nespecializirana pomoč*. To so posamezne organizacije, na primer Rdeči križ, v katerih delujejo usposobljeni izvajalci psihosocialne pomoči, ki nudijo različne oblike podpore posamezniku. Sem štejemo tudi psihosocialno pomoč za reševalce in druge sodelujoče (zaupniki). Zadnja raven pomoči je *specializirana pomoč*, ki se nanaša na zdravstvo. To so specializirani strokovnjaki na področju psihologije in psihiatrije (Seynaeve, 2001, str. 13–15; Lavrič, 2009, str. 217–219; Lavrič in Štirn, 2016, str. 58–60).

Drugi prikaz in stopnje potrebne psihosocialne podpore in pomoči predstavlja lestev psihosocialne pomoči. Njene ravni si sledijo (Lavrič in Štirn, 2016, str. 61 po Larson in Österdahl (1996)):

1. viri za pomoč sebi,
2. podporna socialna mreža,
3. pomoč zunaj sistema zdravstvene pomoči,
4. psihološka in psihiatrična pomoč, zdravstvena pomoč,
5. psihologija in psihiatrija nesreč.

1.5.2. Stopnje psihosocialne podpore in pomoči reševalcem

V sistemu varstva pred naravnimi in drugimi nesrečami poznamo specializirano pomoč reševalcem, ki spada v tretjo raven zgoraj omenjene lestve – pomoč zunaj sistema zdravstvene pomoči.

Pri posredovanju v najrazličnejših nesrečah tudi reševalci in gasilci doživijo stres, ki ga lahko ustrezno obvladajo na različne načine. V prvi vrsti gre za delo na preventivi in samopomoči, v primerih, ko gre za hujše travmatske dogodke, ki presežejo njihove zmožnosti, pa morajo poiskati pomoč drugje. Psihosocialna podpora in pomoč reševalcem temeljita na treh stopnjah pomoči. Te se razlikujejo glede na to, kaj lahko posameznik naredi sam, k čemu lahko pripomore bližnja okolica in na kakšen način nudijo pomoč strokovnjaki. Stopnje so naslednje.

1. Prva stopnja: POSAMEZNIK
    - Znanje o obvladovanju stresa
    - Obvladanje tehnik sproščanja
    - Socialna mreža
2. Druga stopnja: POMOČ ZNOTRAJ ORGANIZACIJE
    - Pogovor z zaupniki
    - Notranja tehnična analiza
    - Skupinski razbremenilni pogovor
3. Tretja stopnja: POMOČ ZUNAJ ORGANIZACIJE
    - Strnjena psihološka integracija travme
    - Psihološko svetovanje
    - Psihoterapija

Na *prvi stopnji* gre za samopomoč posameznika na načine, ki jih lahko spozna v okviru usposabljanj in vaj. To so veščine in znanja obvladovanja stresa, na primer tehnike sproščanja (dihalne vaje, mišična relaksacija). Ob tem so reševalcu v oporo tudi družinski člani, prijatelji ali drugi pomembni v socialni mreži. Vir razbremenitve so tudi prostočasne aktivnosti in hobiji. Na *drugi stopnji* se pomoč razširi znotraj organizacije, na primer gasilskega društva. Tam reševalec dobi podporo sodelavcev ali zaupnika. Opravi se lahko tudi individualni ali skupinski razbremenilni razgovor. Na *tretji stopnji* gre za pomoč zunaj delovne organizacije, predvsem v sistemu zdravstva. Posameznik se udeleži razbremenilnega pogovora pri psihologu, kasneje pa se lahko udeleži tudi psihološkega svetovanja ali psihoterapije (Lavrič, 2014, str. 36–38; Lavrič in Štirn, 2016, str. 91; Lavrič, 2022, str. 382–383).

Znotraj druge in tretje stopnje prejšnjega odstavka obstaja tudi bolj poglobljena delitev organizacije stopenj psihološke pomoči (Lavrič, 2012, str. 5–6).

Znotraj organizacije:

1. Posameznikova odgovornost za upravljanje stresa ter usposabljanja (preventivno delovanje, fizična in psihična pripravljenost).
2. Notranja analiza (tehnični »debriefing«) po končani intervenciji (zmanjšanje občutka stresa in krivde).
3. Svetovanje med sodelavci s tehnikami za razvijanje podpore ter druženja (tovariška podpora, zaupniki).
4. Kratek razbremenilni pogovor takoj po kriznem dogodku (v manjših skupinah, namen je normalizacija).
5. Razbremenitev (»defusing«) (v 24 urah po dogodku, v manjših skupinah, presojanje o nadaljnji podpori in pomoči).

Izven organizacije:

6. Strnjena psihološka integracija travme (psihološki »debriefing«) (strukturiran proces za boljše razumevanje dogodka, razbremenitev občutka krivde in določitev načinov za izboljšanje stanja in čustveno stabilnost).
7. Psihološko svetovanje, spremljanje in podpora (psiholog Službe za psihološko pomoč ob naravnih in drugih nesrečah).
8. Psihoterapija (za premagovanje akutnih ali kroničnih travmatskih motenj).

1.5.3. Samopomoč in preventiva pred posledicami udeleženosti na intervencijah

Že iz lestve psihosocialne pomoči izhaja, da sta prvi dve ravni, ki se nanašata na lastne vire in preventivna vedenja, temelj dobre skrbi, podpore in pomoči za prve posredovalce.

Izjemnega pomena je preventivna dejavnost za zaščito gasilcev pred travmatičnimi dogodki (v nadaljevanju preventiva), kar pomeni poznavanje sebe ter znanje o stresu in travmi. Prav tako je v pomoč dejavnost gasilcev v prostem času, kot na primer aktivnosti za sprostitev in fizična dejavnost (hobiji) za boljšo pripravljenost (Khan idr., 2018, str. 281). Tako najboljše aktivnosti za spoprijemanje s stresom izvajamo pred samo nesrečo. Dobra pripravljenost reševalcev ublaži posledice, ki jih nesreča povzroči njim samim (Lavrič in Štirn, 2016, str. 103). Ob dobri psihični pripravljenosti je dobra preventivna tehnika tudi fizična pripravljenost. Gasilci z optimalno telesno pripravljenostjo med intervencijo zagotavljajo lastno varnost in varnost drugih. Slaba telesna pripravljenost lahko vodi do hitrejše izčrpanosti, s čimer sta povezana tudi stres in slabo delovanje, ki lahko povzroči ključne napake med delom (Smajla in Sašek, 2024, str. 39).

Preventivno ravnanje predstavljajo tudi redna srečanja predstavnikov skupin pomagajočih, na katerih izrazijo čustva, s sodelavci izmenjajo svoje doživljanje ter na tako iščejo odgovore na vprašanja, ki se jim postavljajo (Mikuš Kos in Slodnjak, 2000, str. 80).

Preventivno vlogo pri obvladovanju stresa igra tudi podpora socialnega okolja, predvsem najbližjih (družina, prijatelji). Dobri socialni odnosi pozitivno vplivajo na spoprijemanje s stresom ter pripomorejo k občutku uspeha. Na izgorevanje delujejo preventivno (Rakovec Felser, 2002, str. 98). V naravnih socialnih mrežah se dogajajo čustvena opora, opogumljanje, svetovanje, stvarna pomoč, saj so del mreže ljudje, ki stisko vidijo in slišijo. Oseba v stiski potrebuje brezpogojno pomoč, za katero ji ni treba prositi in ne pojasnjevati (Čačinovič Vogrinčič, 1994, str. 73).

Pri psihološki pomoči reševalcem je v prvi vrsti pomembno, da oseba prevzame odgovornost za obvladovanje stresa in uresničuje samozaščitno vedenje ter krepi svoje podporne socialne odnose. Priporočeno je tudi sproščanje s telesno aktivnostjo in drugimi interesnimi dejavnostmi ter tehnikami sproščanja. Kot tehnike sproščanja, ki se jih lahko nauči vsak, so najbolj priporočene *dihalne vaje*. Pravilno dihanje zelo poveča mobilizacijo energije in zmožnost koncentracije, pripomore pa tudi k sprostitvi. Drugi dve tehniki, k ju oseba lahko uporabi za sproščanje, sta tudi *postopno mišično sproščanje* in *samomasaža*. Tehnika sproščanja, ki vzame nekoliko več časa za izvedbo in zahteva primerno okolje, je *avtogeni trening in vizualizacija*.

Pri prvem gre za vodeno tehniko, ki se jo uporablja predvsem doma ali kot skupinsko delo za pripravo na intervencijo. Temelji na sugestiji, s katero poskušamo na človekov organizem prenesti moč predstav. To pomeni, da posameznik prenese predstavo o nekem občutku v telesu (mirno bitje srca) v resničen občutek. Ta tehnika zahteva kar nekaj vaje in vztrajnosti. Sestavljena je iz šestih vaj. Vsaka od njih ima svoje geslo (na primer vaja za težo, vaja za toploto, …). Vizualizacija je oblika mentalnega predstavljanja za namen sproščanja ali lažje predstave delovanja na kraju nesreče. V mislih se opravi postopke dela, s čimer se povečata avtomatizacija ter gotovost v optimalno izvedbo. S tem lahko tudi po opravljeni intervenciji posameznik prikliče pozitivne občutke in se sprosti (Lavrič in Štirn, 2016, str. 94 –101; Lavrič, Kos Berlak in Majer, 2023, str. 31–33). Te tehnike sproščanja lahko gasilci uporabljajo pred intervencijo, za sproščanje med njo ali po njej.

Način, kako si lahko sami pomagamo pri soočanju s posledicami kriznega dogodka, je tudi naše zavedanje lastnih odzivov, čustev, razmišljanja in vedenja. S svojim razmišljanjem si lahko pomagamo, da se spomnimo stvari, ki so nam v preteklosti pomagale pri spoprijemanju s stresnimi dogodki, ne krivimo sebe za to, kar se je zgodilo, ter preusmerimo negativne misli o dogodku z vizualizacijo prijetnejših. V zvezi s čustvi se moramo zavedati, da so strah, žalost in jeza povsem običajni in si jih lahko dovolimo čutiti ter da strah ni izraz naše šibkosti ali pomanjkanja poguma. Pomagamo si tudi s skrbjo za telesno zdravje in dobro počutje, tako da poskrbimo za dovolj spanca, počitka, dobre hrane in rekreacije. Naše vedenje ob soočanju s posledicami nesreče prav tako vpliva na naše prestajanje krize. Dobro je, da se o svoji izkušnji pogovorimo z zaupno osebo, pišemo dnevnik, se ne izogibamo drugim in se ne zapiramo vase, postopoma vzpostavljamo ritem predhodnega delovanja, počnemo stvari, ob katerih se počutimo dobro, ter si poiščemo strokovno pomoč v primeru, da izkušnje ne moremo predelati sami (Svetina, 2007; Lavrič in Štirn, 2016, str. 64–65).

Tudi humor je pomemben dejavnik zmanjševanja stresa in napetosti. Z njim se lahko razbremenimo in se spravimo v boljšo voljo. Najprimerneje je, da gre za spoštljiv humor, izogibati pa se je treba črnemu humorju (Polič in Kranjčec, 2001, str. 413).

Za nekatere je vir pomoči za soočanje s težkimi življenjskimi situacijami tudi religija. V njej imajo oporo in upanje, kar jim daje zagon za delovanje (Simonič idr., 2007, str. 262–263).

Drugi najdejo vir sprostitve in voljo za nov zagon v meditaciji. Z njo se učinkovito sprostimo, tako telesno kot tudi umsko. S pomočjo meditacije – in tudi na primer joge – se naučimo obvladovati stres na vseh ravneh. To lahko deluje preventivno ali za sproščanje po že prisotnem

stresu (Middleton, 2014, str. 156). Sproščanje kot preventivno delovanje omogoča tudi učinkovito zmanjševanje delovanja simpatičnega živčnega sistema, kar organizem poživi ter poveča zbranost in ustvarjalnost. Posameznik tako obnovi energijske zaloge in se pripravi na soočanje s stresom (Svetina, 2007).

Reševalci imajo v sklopu Izobraževalnega centra za zaščito in reševanje na voljo programe, ki izboljšujejo pripravljenost na stresne dogodke, kot so program uvajalnega usposabljanja o psihosocialni pomoči, temeljni program usposabljanja za ravnanje ob stresu in program dopolnilnega usposabljanja o psihosocialni pomoči. Z njihovo pomočjo pri sebi lažje prepoznajo znake izgorelosti, stresa in potravmatske stresne motnje. Spoznajo se tudi s tehnikami sproščanja (Lavrič, 2014, str. 38; Lavrič in Štirn, 2016, str. 95).

Uprava RS za zaščito in reševanje je že pred časom razvila aplikacijo Stres, ki lahko služi kot pripomoček gasilcem in drugim reševalcem pri spoznavanju področja, prepoznavi lastnega stresa ter informiranju o mogočih načinih pomoči (Lavrič, Kos Berlak in Majer, 2023, str. 30).

1.5.4. Podpora gasilcem med intervencijo in po njej

Pri soočanju s stresom med nesrečo oziroma intervencijo veliko pripomoreta že dobra pripravljenost in samopomoč, ki sem ju opisala v prejšnjem poglavju. Tako lahko med intervencijo gasilci uporabljajo tehnike za sproščanje, da se z njimi razbremenijo.

Vsaka gasilska enota mora imeti razvit sistem primarne in sekundarne preventive za spoprijemanje s stresom. Primarni del se nanaša na delo posameznika samega zase ter različne tečaje, sekundarni del pa zajema obvladovanje stresa ob kritičnem dogodku, kar pomeni, na primer, možnost skupinskih pogovorov in razvoj mreže zaupnikov. Zaupniki lahko takoj po travmatičnem dogodku opravijo razbremenilni pogovor s posameznikom ali celotno skupino (Huselja, 2017, str. 229).

Za intervencijo je najpomembnejše, da so gasilci med svojim učenjem in usposabljanjem za delo jasno razumeli svojo vlogo, na podlagi katere presodijo svoje zmožnosti za opravljanje delovne naloge. Z izobraževanji lahko posamezniki spoznajo psihofizične znake stresa ali izčrpanosti in se tako lahko soočijo z njimi. Dobro je, da se sogasilci med seboj dobro poznajo, da lahko drug pri drugem opazijo take znake. Zelo pomembni so tudi medsebojno podpiranje, humor ter pozitivna miselna naravnanost. Dobro je, če so sodelujoči med praktičnimi vajami in pripravami izzvani v stresne situacije, saj lahko le z vajo regulirajo svoje delovanje v realnih

situacijah. Pri intervenciji je velikokrat prisoten kaos. Rečemo lahko, da skoraj ničesar ne moremo predvideti, zato sta potrebna fleksibilnost in sodelovanje na vseh ravneh dela in je tudi tu pomembno medsebojno poznavanje sodelujočih. Pri tem so mišljene tudi druge pomagajoče ekipe, kot so zdravstvo, policija, različne nevladne organizacije in podobno. Ko gasilec med intervencijo opazi, da ne glede na vse njegova učinkovitost in energija pešata in naučene tehnike spoprijemanja ne delujejo več, je nujno, da o tem obvesti nadrejene (Lavrič in Štirn, 2016, str. 103–104).

Po nesreči ali intervenciji, predvsem tisti hujše narave, na primer ko so žrtve otroci, sogasilci ali njihovi svojci in so zaradi tega udeleženi še bolj obremenjeni, imajo reševalci za razbremenitev na voljo pogovor – individualni ali skupinski. Ta naj bi bil izveden čim prej po dogodku, da se zmanjša vpliv negativnih izkušenj. Pogosto ga organizirajo vodilni ali ustrezno usposobljene osebe (zaupniki). Cilj pogovorov po nesreči je zmanjšanje močnih neprijetnih čustev ter povečanje intelektualne jasnosti in razumljivosti. Pripomorejo tudi k boljši pripravljenosti za nadaljnja posredovanja. Izvedba demobilizacije že na kraju dogodka ali kasneje pripomore k boljši predelavi travme. Gre za kratek pogovor s predstavitvijo dejstev o dogajanju, znakih stresa, ki jih lahko reševalci opazijo pri sebi, in tem, kako si pomagati (Lavrič, Uršič in Vencelj, 2023, str. 36–37). Nato naj bi se gasilci družili med seboj, kaj pojedli in popili ter se tako spočili. Izvede se lahko tudi skupinski razbremenilni pogovor, pri katerem lahko vsak poroča o svojih občutkih, ob koncu pa skupina dobi podatke o tem, kakšen je normalen odziv ljudi na krizni dogodek in kakšne so možne oblike pomoči. Potekal naj bi pred odhodom domov, opravljen pa naj bi bil s skupino, ki je doživela isti travmatični dogodek. Neglede na težo dogodka se priporoča, da gasilci po intervenciji opravijo ustrezno aktivnost za čustveno razbremenitev (Sešok, 1997, str. 299; Lavrič in Štirn, 2016, str. 106).

Skupinski razbremenilni pogovor izvede psiholog ali zaupnik. S tem se gasilcem ponudi priložnost, da podelijo svoje izkušnje in se učijo drug od drugega. Tako dobijo občutek, da niso sami. Travmatska izkušnja se tako umesti v celotno dogajanje. Pogovor naj bi trajal od 20 do 45 minut. Dobro je, če je izveden v 24 urah od dogodka (Lavrič, Plevel in Kladnik, 2023, str. 48). Pomembno je pozitivno in spodbudno vzdušje. Pogovor je strukturiran v štirih fazah: uvodna faza, faza dejstev, čustvena faza ter poučevalna faza in osmišljanje dogodka. V *uvodni fazi* se dogovori namen razbremenilnega pogovora, sklene se dogovor o zaupnosti in predstavi potek pogovora. Pri *fazi dejstev* vsak udeleženec opiše svoje delo med intervencijo. Vsak mora dobiti prostor, da predstavi svojo zgodbo. Sledi *faza čustev*, v kateri udeleženci pogovora pripovedujejo o svojih občutkih, čustvih, znakih stresa in podobnem. Spodbujata se vključenost

vseh in aktivno poslušanje drug drugega. Na koncu sledi *poučevalna faza*, ko se predstavi mogoče znake in posledice stresa ter možnosti za razbremenitev. Takrat se tudi oceni potrebo po dodatni pomoči (razbremenilnem pogovoru, individualnem pogovoru, psihološki pomoči). Udeležencem se da priložnost, da osmislijo dogodke, razmišljajo o tem, kaj so se naučili in kaj pozitivnega lahko vzamejo zase (Lavrič, 2011, str. 299–301; Lavrič in Štirn, 2016, str. 115–116).

Ob hujših nesrečah je gasilcem na voljo tudi psihološka pomoč od drugod. Ta je skoraj nujna, če se udeleženec intervencije ob travmatskem dogodku sreča z večjo stisko in intenzivnejšimi posledicami. To je lahko strnjena psihološka integracija travme, ki jo v večini primerov izvaja psiholog. Izvede se v večjih skupinah v 24–72 urah po dogodku. Prispeva k preprečevanju čustvenih stisk in zaščiti duševnega zdravja. Pogovor obsega sedem stopenj, med katerimi posameznik vodeno prehaja s kognitivnega na čustveno področje in nazaj. Strnjena psihološka integracija travme pri reševalcih zmanjšuje verjetnost za pojav psihičnih motenj, kot je PTSM (Lavrič in Štirn, 2016, str. 119–120). Psihologi, ki izvajajo takšne razbremenilne pogovore, delujejo v okviru Enote za psihološko pomoč Civilne zaščite in so na voljo za aktivacijo s klicema na številko 112 (Lavrič, Poštuvan in Lepoša, 2023, str. 42).

Ob tem so reševalcem vedno na voljo tudi podpora po telefonu za klic v stiski ali spletne strani. V sklopu policije in Slovenske vojske deluje krizna linija, na kateri so na voljo za pogovor psihologi. Zadnja stopnja psihosocialne pomoči je psihoterapija. Namenjena je akutnim ali kroničnim stiskam, ki so posledica travmatičnih dogodkov. To vrsto pomoči lahko reševalci dobijo znotraj zdravstvenega sistema (Lavrič in Štirn, 2016, str. 120). Kot učinkovita se je izkazala kognitivno-vedenjska terapija, usmerjena na travmo. Druga terapija, ki jo tudi uporabljajo pri delu znotraj obravnave PTSM, je desenzitizacija in ponovna predelava z očesnim gibanjem (EMDR) (Lavrič, 2011, str. 302; Lavrič, Čibej Žagar, Lenarčič in Fabjančič, 2023, str. 48).

V letu 2023 je v veljavo stopil nov Postopkovnik o psihološki podpori reševalcem v sistemu varstva pred naravnimi in drugimi nesrečami, ki določa organizacijo, vrste, oblike in izvajalce psihosocialne podpore in pomoči za reševalce. Uprava RS za zaščito in reševanje sedaj omogoča 24-urno nujno psihološko pomoč. Izvajajo jo psihologi in zaupniki. V stik z njimi lahko stopimo s klicem na številko 112 (Lavrič, Čibej Žagar, Lenarčič in Fabjančič, 2023, str. 46).

Žal veliko gasilcev in drugih reševalcev ne želi uporabiti katere od oblik psihosocialne podpore in pomoči. Ne upajo si priznati, da jo potrebujejo, da ne bi izpadli nemočni ali šibki (Sešok, 1997, str. 296). Vse preveč se to dogaja v prostovoljnih društvih, katerih gasilci jemljejo svoje delo kot hobi in ne vidijo resnosti težav, ki se jim lahko pojavijo po zahtevnejših nesrečah in intervencijah.

1.5.5. Gasilski zaupniki

Po zahtevnejših intervencijah, ki so za reševalce najbolj stresne, lahko ti dobijo psihološko pomoč iz prve roke – od sodelavcev v timu, tako imenovanih zaupnikov (Lavrič, 2014, str. 38). Zaupniki zagotavljajo tovariško podporo, ki v veliki meri temelji na pogovoru. Ti izbrani sodelavci, sogasilci, so dobri poslušalci, ki imajo razvite veščine aktivnega poslušanja in dajejo tudi čustveno oporo, ob tem pa so z dolgoletnimi izkušnjami in strokovnimi znanji tudi v vlogi svetovalcev (Lavrič in Štirn, 2016, str. 111).

Gasilski zaupniki so izkušeni prostovoljni ali poklicni gasilci, ki v svojih enotah in okolju uživajo poseben ugled in jim kolegi zaupajo (Anžur, 2023, str. 32).

Zaupniki so izbrani po posebnem selekcijskem postopku. Lahko gre za lastno željo ali pa jih predlagajo posamezniki. Izpolnjevati morajo tudi določene pogoje: med drugim morajo biti stari najmanj 30 let in imeti pet let operativnih izkušenj z intervencij. Ob tem morajo biti tudi empatični, usposobljeni za vodenje in izvajanje razbremenilnih pogovorov ter praviloma ne smejo biti vodje organizacij (Lavrič in Štirn, 2016, str. 111; Lavrič, 2022, str. 384).

Njihova naloga je, da v skladu s potrebami v posameznih gasilskih zvezah in društvih izvajajo psihološko podporo gasilcem. Vsaka izmed gasilskih regij naj bi imela vsaj tri zaupnike, večje regije pa tudi več (Anžur, 2023, str. 32). Zaupniki dajejo tovariško pomoč znotraj svoje organizacije po nesrečah ali intervencijah, ko je bilo ogroženo življenje reševalca ali njegovega sodelavca, je poškodovan član ekipe ali so bile v nesreči poškodovane reševalčeve bližnje osebe in otroci. Gre za psihološko podporo v smislu razbremenilnih pogovorov – individualnih ali skupinskih (Lavrič in Štirn, 2016, str. 111). Če gasilec čuti stisko zaradi katerekoli situacije, ki se mu je zgodila na intervenciji, lahko pridobi podporo gasilskega zaupnika.

Gasilski zaupniki morajo opraviti posebne tečaje – usposabljanje za zaupnike v sistemu varstva pred naravnimi in drugimi nesrečami, organizirani po programu Uvajalnega usposabljanja o psihosocialni pomoči (2013) ter Dopolnilnega usposabljanja o psihosocialni pomoči (2013), ki

ga organizira Izobraževalni center za zaščito in reševanje RS. Izobraževanje je bilo prvič izvedeno leta 2012 v sklopu Smernic za psihološko pomoč reševalcem v sistemu varstva pred naravnimi in drugimi nesrečami. Na Izobraževalnem centru letno izdajajo razpise za omenjena izobraževanja. Zaupniki nato vsako leto vsaj enkrat opravijo obnovitveni tečaj in se redno udeležujejo supervizij s psihologi Enote psihološke pomoči Civilne zaščite. Do januarja 2023 je usposabljanje zaključilo že 159 članov enot zaščite in reševanja (Anžur, 2023, str. 32; Lavrič, 2014, str. 39; Lavrič, 2022, str. 384).

Zaupniki so tudi operaterji v klicnih centrih 112 (ReCO), ki imajo podlago za nudenje psihološke podpore sodelavcem in drugim (Lavrič, 2014, str. 41).

Prvega usposabljanja so se udeležili poklicni gasilci ter operaterji v centrih za obveščanje (ReCO). Pri usposabljanju so kot prenašalci znanja sodelovali sodelavci slovenske policije in vojske. Pomagali so tudi predstavniki švedske reševalne agencije. Usposabljanje je bilo izvedeno s podporo Skupnosti gasilsko reševalnih zavodov Slovenije (Lavrič in Štirn, 2016, str. 111–112).

1.6. POMEN SOCIALNEGA DELA

Socialno delo in delo gasilcev sta si v svojem bistvu in pomenu zelo podobna. Oboji si prizadevamo pomagati drugim in izkazujemo veliko mero empatije do sočloveka. A socialno delo lahko stopi še korak dlje, da nudi pomoč tako prvim posredovalcem kot tudi drugim žrtvam nesreč in travmatskih dogodkov.

Socialni delavci vidimo in znamo prepoznati ljudi v stiski ter jim v pogovoru ali z drugimi oblikami pomoči nudimo oporo. Sama vidim na tem mestu vzporednico med pomagajočimi v sistemu varstva pred naravnimi in drugimi nesrečami (zaupniki) ter socialnimi delavci. Ključ je v sodelovanju strokovnjakov različnih profilov, ki lahko nudimo učinkovito pomoč udeleženim, tako žrtvam kot tudi drugim prvim posredovalcem, kot na primer gasilcem.

1.6.1. Podporna znanja socialnega dela v gasilstvu

Socialni delavci smo dobro izurjeni v vodenju pogovorov. Z vrlinami aktivnega poslušanja, empatije in razumevanja stiske ljudi smo odličen podporni sistem za osebe, ki ga potrebujejo.

Osrednji prostor, v katerem se odvija socialno delo, je pogovor. Socialni delavci smo razvili poseben jezik – jezik socialnega dela. Ta nam omogoča, da opišemo svoje zanje in delo ter da

to prevajamo v jezik uporabnika in nazaj. Že s tem se lahko najbolje približamo človeku tam, kjer je, in ga razumemo v njegovi stiski. S pomočjo jezika smo zelo podporni do uporabnikov in izražamo svojo željo po tem, da bi jih razumeli (Čačinovič Vogrinčič, Kobal, Mešl in Možina, 2014, str. 8).

Z znanji izvajanja podpore v smislu prve socialne pomoči lahko v pogovoru nudimo osebno podporo. To pomeni, da vstopimo v življenjski prostor človeka, a pri tem ne vstopimo v odnose pomoči. Tako ne prevzemamo nalog namesto posameznika; ta je še vedno tisti, ki v celoti odloča o svojem življenju. Kot vrsto podpore lahko definiramo tudi moralno podporo s svetovanjem ali konkretnimi dejanji s simbolnim pomenom. Moralno podporo lahko uporabljamo tudi v zapletenih situacijah, ko človek potrebuje osebno oporo ob življenjskih dogodkih (pri okrevanju, blažitvi škode itd.). V poštev pride v situacijah soočanja s travmatičnimi dogodki. Osebna podpora je lahko učinkovita, če temelji na nevsiljivih ponavljajočih se stikih ter ko je dosegljiva v času krize (Flaker, 2015, str. 66). Poznamo tudi opogumljanje, ki ohrabri ali aktivira posameznika, ki potrebuje oporo pri lastnih dejanjih. Poleg svetovalne dejavnosti omogoča tudi konkretna dejanja za organizacijo in dostop do sredstev, ki jih človek potrebuje za razrešitev situacije. Omenim lahko tudi oporo, pri kateri gre za to, da podpiramo osebo v njenem položaju, da ostane »pokončna« (Flaker, 2015, str. 67).

Če pogledamo na socialno delo kot na svetovanje, ki sicer samo po sebi še zdaleč ni zgolj to, lahko naredimo primerjavo s psihoterapijo, ki je tipična predstava svetovanja. Za razliko od nje socialno delo lahko poseže tudi v življenjski prostor osebe, česar se terapija izogiba. Socialno delo spremeni in izboljša življenje posameznika le tako, da gre dlje od problemov (Flaker, 2024, str. 15).

V socialnem delu je temelj sodelovanja s človekom, uporabnikom, delovni odnos. S pomočjo delovnega odnosa, ki nas varuje, smo zmožni raziskovati ter soustvarjati proces in rešitve. Ne glede na način in namen dela je dobro zastavljen delovni odnos v socialnem delu pot, ki nas bo pripeljala do cilja, seveda tistega, ki bo želen za uporabnika. Vsi elementi delovnega odnosa nam dajejo oporo, da kompetentno pomagamo osebi, ne glede na to s kakšno stisko je prišla k nam. V njej smo sodelavci z uporabniki in tako nismo »le še eni strokovnjaki, ki ga želijo popraviti« (Čačinovič Vogrinčič, Kobal, Mešl in Možina, 2014, str. 7-9).

Socialnodelovna ravnanja usmerja koncept krepitve moči. Izraz se nanaša na zelo širok razpon različnih procesov in praks, ki jih izvajamo socialni delavci, v glavnem pa krepitev moči pomeni povečanje osebne moči posameznika in se osredotoča na njegove osebne značilnosti. S

pomočjo koncepta posamezniki iščejo in širijo vire moči v sebi, mi kot pomagajoči pa jim odpiramo možnosti za njihovo odkrivanje. To zahteva tako delo socialnega delavca kot tudi uporabnika. Naša naloga je, da jih v tem podpremo, vseeno pa je potrebna angažiranost uporabnika (Videmšek, 2008, str. 211, 216).

V svoji diplomski nalogi (Žitnik, 2022) sem raziskovala k rešitvi usmerjen pristop v socialnem delu. Ta predpostavlja, da za iskanje in doseganje želenih izidov uporabnikov ni treba podrobno raziskati problema, temveč lahko raziskujemo, kaj je za posameznika rešitev. Raziskovanje problema in ukvarjanje z njim ni nujno pot, ki vodi do rešitve (De Jong in Kim Berg, 2002; Rebolj, 2015, str. 106). V tem vidim veliko korist pri delu pomagajočega, ki nudi psihosocialno pomoč reševalcem. Ti lahko zase najdejo želeno pot in rešitve za okrevanje, ne da bi se osredotočali na podrobno analizo preteklega dogodka. Morda bi z osredotočanjem na nesrečo še dodatno »retravmatizirali« posameznika, sploh če gre za pogovore o dogodku, od katerega je minilo že nekaj časa.

Največjo prednost socialnih delavcev pri nudenju psihosocialne podpore in pomoči osebam, ki so bile udeležene v nesrečah, tudi reševalcem, vidim v tem, da se znamo približati osebam tam, kjer so. Naša drža ni pokroviteljska in ne nastopimo kot nekdo, ki bo nekaj naredil, zato da se bo človek počutil bolje. Smo pomagajoči, ki bomo skupaj s človekom ugotovili, kaj je zanj želeni izid in po kakšni poti bi želel priti do tja. Naša zmožnost uporabe koncepta krepitve moči nam pomaga, da znamo pri človeku videti vire moči in posameznika pri tem spodbudimo, da jih aktivira oziroma odkrije še nove. S tem lahko osebo, ki ima slabe izkušnje zaradi različnih dogodkov, okrepimo, da si opomore, poišče v sebi pozitivne plati in na njih gradi svoje okrevanje. Naša podlaga znanja je odlična za izvajanje razbremenilnih pogovorov. Ker znamo aktivno poslušati in v delovnem odnosu usmerjati sodelujoče, lahko zelo kompetentno vodimo skupinske ali individualne pogovore, ne glede na namen. K vsemu temu pripomore še jezik socialnega dela, s katerim se zares približamo osebam in jih razumemo, najpomembnejše pa je, da pri našem delu tudi oni razumejo nas. Socialni delavci se znamo tudi aktivirati v smislu dejanske pomoči (materialnih virov, fizične pomoči z delom in podobno), ne le z vodenjem pogovora. S tem lahko celostno pomagamo prizadetim in jim nudimo kakršno koli obliko pomoči, ki jo potrebujejo glede na situacijo.

1.6.2. Vloga socialnega dela v izredni razmerah

Ko nastopijo izredne razmere, na primer hude naravne nesreče in druge nesreče večjega obsega, ki prinesejo krizo, ki prizadene tako udeležene kot reševalce, lahko socialni delavci stopimo mednje in nudimo pomoč.

V izrednih razmerah ima socialno delo, poleg drugih služb za zaščito in reševanje, pomembno vlogo pri podpori in pomoči ljudem, predvsem tistim najbolj ranljivim, družinam ali celotnim skupnostim. Izredne razmere (poplave, potresi, neurja, tehnične nesreče, ki imajo vpliv na ljudi itd.) se pojavijo nepričakovano in pustijo različne psihosocialne posledice za udeležene. Ob tem pusti nesreča tudi materialno, ekonomsko, okoljsko in drugo škodo, po kateri si ljudje marsikdaj težko opomorejo. Prizadeti potrebujejo zunanjo pomoč v smislu psihosocialne podpore in pomoči pri reševanju in odpravljanju škode, da se prilagodijo na spremembe v življenju (Gril in Šeme, 2021, str. 201–202). Socialno delo se odvija v kontekstu okolja in je proces, ki predstavlja interakcije z ljudmi v prostoru, ki tam delujejo in živijo (Miloševič Arnold in Urh, 2009, str. 8). Delovati je treba izven pisarn; prisotnost socialnih delavcev je pomembna na terenu, saj nas tam ljudje potrebujejo (Rode, Zidar, Lamovšek, Škerjanc in Urek, 2010, str. 353).

Podporo in pomoč je treba načrtovati z zavedanjem kompleksnosti posameznih skupnosti in jo lokalno ter kulturno prilagoditi. Vse bolj se uveljavlja sistemski pristop, na katerem temeljita koncepta ranljivosti in odpornosti. Ranljivost določajo socialni dejavniki, ki pri posamezniku povečajo verjetnost za dolgotrajne socialne, psihološke in zdravstvene težave po katastrofi. Odvisna je tudi od stopnje izpostavljenosti tveganju ob dogodku. Odpornost je koncept, komplementaren ranljivosti, predvsem v smislu kolektivne odpornosti. V socialnem delu poznamo tudi individualno in družinsko odpornost. Pri kolektivni odpornosti govorimo o trajnostni zmožnosti socialnega sistema, da vzdrži po večji motnji ali absorbira šok in se prilagodi spremembi razmer s prestrukturiranjem. Za načrtovanje krepitve odpornosti je potrebna točna ocena potreb, ob tem pa tudi ocena sposobnosti za proaktivnost pri prilagoditvi glede na različne strategije preživetja (Gril in Šeme, 2021, str. 206–208).

Bistvo socialnega dela je, da nimamo vedno vnaprej določenih metod dela, ampak naše načine dela prilagajamo situaciji. Prilagodljivost je naša velika prednost. Nepredvidljive razmere lahko prinesejo ustvarjalne rešitve, ki učinkoviteje pripomorejo h kompetentni pomoči uporabnikom (Flaker, 2003, str. 21–22).

V izrednih razmerah ostaja temeljno poslanstvo socialnega dela, da skrbi za najranljivejše, socialno izključene in marginalizirane posameznike, seveda pa tudi za vse ostale. Za socialno delo je značilno, da se zna prilagoditi specifičnim situacijam in na podlagi tega oblikuje naloge in metode socialnodelovne pomoči. Socialno delo v primeru katastrof in nesreč obsega (po Zidar idr., 2010; Škerjanc in Lamovšek, 2010; Rode idr., 2010): identifikacijo ranljivih posameznikov, zagotavljanje informacij, socialno oskrbo in preskrbo, pomoč pri udejanjanju pravic ljudi, koordinacijo storitev, krepitev socialne mreže oseb, neposredno pomoč ali asistenco ter še mnogo več. Za identifikacijo potreb se izvaja hitra ocena potreb in storitev. Pri delu na mikroravni v fazi po nesreči je primerna tudi metoda psihosocialne pomoči in podpore, pri tem pa v ospredju ostaja sprejemajoč, podporen, v krepitev virov in moči usmerjen ter soustvarjalen delovni odnos. Pomaga nam tudi »na razumevanju travme utemeljena oskrba v izrednih razmerah«. Na mezoravni izvajamo skupnostno socialno delo, predvsem v fazi po katastrofi. S tem obnavljamo soseske, koordiniramo komunikacijo in krepimo povezanost med skupinami. Pripomoremo lahko tudi k spremembam na makroravni, v smislu sprememb v večjih sistemih: zdravstvu, šolstvu in drugih politikah okrevanja po katastrofi. Socialni delavci se znajdemo tudi v položaju zagovornika, kar prispeva k hitrejši obnovi in okrevanju, saj dajemo glas ljudem, ki ga nimajo (Gril in Šeme, 2021, str. 210–212). Kustec (2011, str. 27) poudarja tudi, da »pristop čim bolj raznovrstnega odzivanja socialne delavke na raznovrstnost uporabnikov zahteva veliko samostojnost strokovnjaka, saj se mora znajti in odgovoriti tukaj in zdaj, v vsakokrat novi, neponovljivi in nepredvidljivi socialni interakciji«. Socialni delavci prispevajo zelo pomemben delež h krepitvi moči ljudi in z njimi poskušajo najti vire, ki so v danem trenutku pomembni. Gre za proces sodelovanja, nenehnega skupnega dogovarjanja in iskanja rešitev (Kustec, 2011, str. 31).

Ob vsem tem se je treba zavedati tudi neposredne izpostavljenosti travmi, strahovom in negotovostim socialnih delavcev, ki nudijo psihosocialno ter drugo pomoč na terenu. Ti lahko doživijo podobne simptome akutnega ali potravmatskega stresa kot drugi udeleženci (in seveda drugi reševalci, gasilci itd.). Pojav skupne oziroma deljene travme med pomagajočimi in uporabniki v katastrofah vpliva na dinamiko delovnega odnosa. S tem se zgodi dvosmeren prenos stisk, zato mora socialni delavec v delovnem odnosu to ubesediti, da tako pripomore k osebnemu, poglobljenemu in transparentnemu delu. Pozornost moramo nameniti tudi razbremenitvi pomagajočih kot zaščito pred izgorevanjem, kar nam omogoča pristop k skrbi zase. To omogoča zmanjševanje poklicnega stresa s pomočjo tehnik čuječnosti, zavestnega določanja meja, odmori ter strategijami sproščanja (Gril in Šeme, 2021, str. 212–213).

Namen socialnega dela je podpreti delovanje solidarnosti v skupnosti in obnavljanje njenih preživetvenih sposobnosti, ne le omejevanje na individualno pomoč in svetovanje uporabnikom s travmo (Stritih, 2006, str. 343).

Na zgoraj opisane načine lahko socialno delo odlično dopolni naloge po sistemu varstva pred naravnimi in drugimi nesrečami ter pri zaščiti in reševanju ob najrazličnejših nesrečah. Delujemo kot vmesna točka med sistemom reševanja in ljudmi. Smo tisti, ki znamo gledati na potrebe vsakega posameznika in mu zagotoviti primerno podporo. S svojimi raznolikimi znanji in metodami dela lahko odgovorimo na vsako situacijo, pa naj gre za pomoč prvim posredovalcem ali osebam, neposredno vpletenim v nesrečo. Dejstvo je, da ponavadi ukrepamo prepozno, ko škoda že nastane, zato bi bil na tem mestu potreben razmislek o načinih hitrejšega odzivanja in delovanja v kriznih situacijah. Velike nesreče se ne dogajajo pogosto in tudi socialni delavci niso vedno vključeni v to. Tukaj vidim še veliko prostora za izboljšave, da bi socialno delo pogosteje sodelovalo pri odpravljanju posledic naravnih in drugih nesreč.

2. FORMULACIJA PROBLEMA

Gasilci v našem vsakdanjiku velikokrat odigrajo zelo pomembno vlogo. Zadolženi so za zaščito nas, našega premoženja ter živali. Dnevno se tako odvija mnogo intervencij: nekatere so lažje, manj zahtevne in zelo rutinske, na primer tehnična posredovanja (na primer odpiranje vrat, manjši požari nebivanjskih objektov itd.), druge pa hujše in zelo zahtevne, kot na primer množične nesreče različnih tipov, nesreče v cestnem prometu s smrtnim izidom ter naravne nesreče velikega obsega.

Predvsem prostovoljni gasilci, ki niso plačani za svoje pogumno in solidarno delo, lahko zaradi nepripravljenosti ter neznanja o soočanju travmatičnimi dogodki in stresom doživijo hude travme po najzahtevnejših intervencijah. Ker zaradi organizacije gasilstva v Sloveniji večina reševanj oziroma intervencij temelji na prostovoljstvu (predvsem v krajih, ki so bolj oddaljeni od velikih mestnih središč oziroma poklicnih gasilskih enot), je še kako pomembno, da je za prostovoljne gasilce poskrbljeno tudi na psihološki in socialni ravni.

Po mojih dosedanjih izkušnjah pri delu v PGD Litija, ki je sicer prostovoljno gasilsko društvo širšega pomena oziroma GEŠP, kar pomeni, da posredujejo tudi v cestnih, industrijskih in drugih nesrečah, prostovoljni gasilci nimajo ustrezne psihosocialne podpore in pomoči. Ker se kot člani prostovoljnega gasilskega društva vsakodnevno udeležujejo najrazličnejših intervencij, bi morali imeti vedno na voljo psihosocialno pomoč, kot na primer lastnega gasilskega zaupnika, da bi lahko še naprej uspešno in predvsem učinkovito opravljali svoje nesebično in družbenokoristno delo.

V zadnjih letih so gasilci odigrali veliko vlogo in imeli težko nalogo pri reševanju ob naravnih nesrečah velikega obsega (požar na Krasu l. 2022, vseslovenske poplave l. 2023 itd.). Ob tem so posredovali še pri vseh drugih intervencijah, tudi najbolj zahtevnih. Zanimalo me je, kako se soočajo z morebitnimi travmatičnimi posledicami, da bi raziskala in ugotovila boljše in učinkovitejše načine psihosocialne pomoči prostovoljnim gasilcem.

Raziskovalni problem magistrske naloge je raziskovanje doživljanja in odzivanja na najzahtevnejše intervencije ter delo gasilcev PGD Litija. Najbolj so me zanimali obseg uporabe psihosocialne podpore in pomoči, ki jim je na voljo, lastni prispevek k razbremenitvi, preventivna dejavnost ter njihov pogled na gasilske zaupnike. Gasilcem želim s tem predstaviti pomembnost uporabe psihosocialne podpore in pomoči ter jih pri tem spodbuditi in informirati.

2.1. RAZISKOVALNA VPRAŠANJA

Za namen raziskave sem si zastavila naslednja raziskovalna vprašanja:

1. Kaj so za prostovoljne gasilce najbolj zahtevne intervencije in kako jih doživljajo?
2. Kako si prostovoljni gasilci sami pomagajo ob travmatičnih dogodkih ob intervencijah?
3. Kakšna je preventiva prostovoljnih gasilcev pred posledicami udeleženosti na zahtevnih intervencijah?
4. Kakšne psihosocialne podpore in pomoči so prostovoljni gasilci deležni in kaj bi še potrebovali?
5. Kako prostovoljni gasilci doživljajo vlogo gasilskih zaupnikov in kakšne izkušnje imajo s sodelovanjem z njimi?

3. METODOLOGIJA

3.1. VRSTA RAZISKAVE

Raziskava je kvalitativna, saj moje osnovno izkustveno gradivo predstavljajo besedni opisi, ki se nanašajo na opredeljen raziskovalni problem. Zbirala sem opise in pripovedi gasilcev PGD Litija o najbolj zahtevnih intervencijah, kaj pomenijo za njih in kako se soočajo z njimi, kako si sami pomagajo ob tem ter kakšne strokovne pomoči so deležni. Pridobljeno gradivo je obdelano in analizirano na besedni način (Mesec, 1997, str. 84).

Raziskava je tudi izkustvena ali empirična, saj sem gradivo zbirala na novo s spraševanjem s pomočjo polstrukturiranega intervjuja. Na podlagi teoretskih predpostavk, pridobljenih iz literature in lastne prakse pri delu v PGD Litija, sem pridobila poglobljene opise in odgovore na zastavljena raziskovalna vprašanja.

Prav tako je raziskava poizvedovalna ali eksplorativna, saj sem spoznavala izbrano področje pomoči gasilcem v PGD Litija, ki prej še ni bilo raziskano. Pri tem sem želela odkriti tudi drugo problematiko, ki je s svojo raziskavo nisem zajela (Mesec, Rape Žiberna in Rihter, 2009, str. 79–86).

To vrsto raziskave sem si izbrala zato, ker pušča možnost sogovornikom, da oblikujejo svojo zgodbo in pripovedujejo čim bolj prosto. Namen raziskave je bil, da bi od sodelujočih pridobila čim bolj poglobljene opise njihovih doživljanj in izkušenj. Njihovih pripovedi nisem želela preveč omejevati; želela sem jih morda le nekoliko tematsko usmeriti, da bi pridobila bogato gradivo.

3.2. TEME RAZISKAVE

V raziskavi sem se dotaknila naslednjih tem:

- Razlogi za včlanitev v PGD Litija
- Najzahtevnejše intervencije
- Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
- Preventiva
- Psihosocialna podpora in pomoč
- Gasilski zaupniki

3.3. MERSKI INSTRUMENT IN VIRI PODATKOV

Za izvedbo zasnovane raziskave sem uporabila vodilo za polstrukturirani intervju, ki je priložen v Prilogi 1. Vodilo sem oblikovala sama na podlagi tem in raziskovalnih vprašanj, ki sem si jih zastavila za namen raziskave. Vodilo je sestavljeno iz uvoda, v katerem sem zbrala nekaj demografskih podatkov, ter šestih tematskih sklopov. Vsak sklop vsebuje nekaj usmerjevalnih vprašanj, ki so po večini odprtega tipa. Vseh vprašanj skupaj je tako 25. Vsak od sklopov se nanaša na eno od postavljenih raziskovalnih vprašanj. Vprašanja so bila zastavljena zgolj usmeritveno, kar pomeni, da sem ob izvedbi intervjujev po potrebi postavljala tudi druga podvprašanja in tako pridobila poglobljene odgovore sodelujočih.

Vir podatkov so za mojo raziskavo predstavljali besedni opisi, ki so jih podali aktivni operativni gasilci – člani PGD Litija.

Vodilo za polstrukturirani intervju sem izbrala zato, ker se mi zdi, da sem tako pridobila najširše in najbolj poglobljene pripovedi sodelujočih. Zastavljen je bil tudi tako, da so se teme med intervjuji lahko še bolj razvile glede na potrebe in pripovedi sodelujočih.

3.4. OPREDELITEV ENOT RAZISKOVANJA

Populacija v raziskavi je zajemala vse aktivne operativne gasilce PGD Litija na dan 1. 2. 2024. Seznam vseh omenjenih gasilcev sem pridobila od poveljnika PGD Litija.

Ker populacija obsega 37 gasilcev, sem se odločila, da jo bom vzorčila. Vzorec je neslučajnostni in kvotni ter zajema osem oseb, kot je razvidno iz Tabele 2. Ker sem v raziskavi želela zajeti čim bolj raznolike sogovornike, sem za izvedbo intervjujev k sodelovanju povabila štiri osebe, ki so aktivni operativni člani PGD Litija vsaj 10 let, od tega dva moška in dve ženski, ter štiri osebe, ki so aktivni operativni člani manj kot 10 let, od tega prav tako dva moška in dve ženski.

Ta način vzorčenja se mi zdi glede na izbrano populacijo, ki jo dobro poznam, najprimernejši, da sem lahko pridobila zelo različne odgovore in pripovedi. Zanimalo me je namreč, kako na najtežje intervencije gledajo in jih doživljajo starejši člani in kako novejši, še neizkušeni člani. Namen moje raziskave je bil tudi pridobiti vpogled v to, kako na najtežje intervencije gledajo tako moški kot ženske in ali se želena in pridobljena psihosocialna pomoč razlikuje glede na spol.

Tabela 2: Značilnosti vzorca.

INTERVJUVANCI	DEMOGRAFSKI PODATKI	GASILSKI ČIN
Gasilec A	Ženska, 20 let Operativna članica 2 leti	Gasilec
Gasilec B	Moški, 37 let Operativni član 18 let	Nižji gasilski častnik prve stopnje
Gasilec C	Moški, 26 let Operativni član 8 let	Nižji gasilski častnik
Gasilec D	Moški, 21 let Operativni član 3 leta	Višji gasilec
Gasilec E	Moški, 55 let Operativni član 29 let	Nižji gasilski častnik druge stopnje
Gasilec F	Ženska, 23 let Operativna članica 5 let	Višji gasilec
Gasilec G	Ženska, 49 let Operativna članica 10 let	Višji gasilec
Gasilec H	Ženska, 28 let Operativna članica 11 let	Višji gasilec

Sodelujoči gasilci imajo zelo raznoliko izobrazbo. Večina jih je že zaposlenih (B, C, E, G in H), trije so študenti (A, D in F). Dve od sodelujočih gasilk sta po izobrazbi medicinski sestri (A in H), ena gasilka je po poklicu babica (F), ostali pa imajo izobrazbo, nepovezano z gasilstvom oziroma zdravstvom.

3.5. ZBIRANJE PODATKOV

Podatke sem zbirala z metodo spraševanja s pomočjo polstrukturiranega intervjuja. Intervjuje sem izvajala od 1. 4. 2024 do 30. 6. 2024. Na podlagi pridobljenega seznama in načina vzorčenja sem izbrala osem oseb, ki sem jih povabila k sodelovanju. Vsakega od udeležencev sem povabila posebej in se z njim dogovorila o času izvedbe. Intervjuje sem izvajala v živo v sejni sobi gasilskega doma PGD Litija. Posamezni intervjuji so trajali od petindvajset do petinštirideset minut. Po predhodnem dogovoru s sogovorniki sem vsak intervju tudi snemala, da sem ga nato lažje zapisala. Ob začetku intervjuja sem vsakemu od udeležencev predstavila namen intervjuja in raziskave. Predstavila sem svojo vlogo in vlogo sodelujočega ter vzpostavila varen prostor za sodelovanje s pomočjo sklenjenega dogovora o sodelovanju v

raziskavi. Podatke, razen starosti, spola in časa aktivnosti v PGD Litija, sem anonimizirala, o čemer sem obvestila tudi sodelujoče.

Metodo spraševanja sem izbrala, ker sem tako najlažje pridobila opise in doživljanja sodelujočih. Med intervjujem sem tako po potrebi lažje usmerila sogovornike, da so bolj poglobljeno pripovedovali o izbrani temi.

Pri izvedbi intervjujev sem bila še posebej pozorna, da ne bi povzročila retravmatizacije. Vsakemu od sodelujočih sem ob začetku intervjuja povedala, da lahko med intervjujem naredimo premor, če bi bilo za njih prezahtevno govoriti o določenih tematikah. Te možnosti sicer ni uporabil nobeden od intervjuvancev, kljub mojemu ponovnemu predlogu med intervjujem, čeprav sem pri nekaterih opazila nekoliko solzne oči ali spremembe v tonu glasu. Ko sem videla, da sogovorniku ni ravno prijetno govoriti o določeni tematiki, nisem več postavljala podrobnejših vprašanj in sem nadaljevala z drugimi vprašanji.

3.6. OBDELAVA IN ANALIZA PODATKOV

Po izvedenih intervjujih sem v procesu obdelave in analize gradiva zvočne posnetke intervjujev najprej transkribirala. Izjave posameznih gasilcev sem zapisovala v izvirni obliki: pogovorno, slengovsko in narečno. Zapisi intervjujev so na voljo za vpogled v mojem osebnem arhivu.

V nadaljevanju sem pridobljene podatke kvalitativno analizirala s pomočjo Worda in Excela. Posamezne intervjuje sem označila z različnimi črkami (A–H), da so se ločili med seboj, in jim določila enote kodiranja, ki sem jih zapisala v kodirno tabelo. Enote kodiranja oziroma pomembne izjave sem označila s črko posameznega intervjuja in zaporedno številko (na primer A1, A2 itd.). Nato sem razčlenjene izjave sogovornikov v kodirni tabeli odprto kodirala. To pomeni, da sem jim pripisala pojme, podkategorije, kategorije in teme. Pridobljene podatke sem nato še osno in delno odnosno kodirala, da sem vzpostavila odnose med izjavami znotraj kategorij. Postopek analize je razviden iz Priloge 2 in Priloge 3.

V rezultatih so izjave posameznih gasilcev zapisane ležečem tisku, s krepko pisavo pa so označene pogoste omembe pojmov.

3.7. OMEJITVE RAZISKOVANJA

Pri iskanju primernih sogovornikov glede na začrtani način vzorčenja se je pojavilo nekaj težav. Kar nekaj gasilcev, ki bi bili primerni za moj vzorec, mi namreč ni želelo dati intervjuja, saj gre za dokaj osebne teme in opise lastnega doživljanja dogodkov. V začetku sem načrtovala izvedbo več intervjujev, a na žalost nisem dobila več sogovornikov.

V društvu tudi ni gasilk, ki bi imele več kot 11 let operativnih izkušenj, zato nisem uspela pridobiti več sogovornic, ki si ustrezale opredeljenemu načinu vzorčenja. Vseeno sem pridobila štiri sogovornice: dve, ki sta imeli manj kot 10 let izkušenj, ter dve, ki sta imeli 10 in 11 let izkušenj z operativnim delom, kar je po kriteriju zadostovalo za mojo raziskavo.

4. REZULTATI

4.1. VČLANITEV V PGD LITIJA IN NAČIN SODELOVANJA

Kot najbolj pogost razlog za včlanitev h gasilcem sodelujoči navajajo **zanimanje** za področje (*»… me je zanimalo potem.«* (A9)). Sodelujoči navajajo tudi **željo po pomoči sočloveku**. Gasilka F povzame navedbo s svojo mislijo: *»Tako pač, sem na splošno tak človek, k se mi zdi, da bi bilo fajn, mislim, kar rada pomagam ljudem, tako da …«* (F15). Med pogostejšimi razlogi so še **iskanje nove aktivnosti** (*»Ker sem hotel nekaj počet, …«* (C6)), **družba** (*»Družba pa,… Toj pa to.«* (B24)) in to, da **gasilstvo hitro pridobi zanimanje posameznika** (*»A veš kako je to, ko si enkrat notr, te potegne.«* (H121)). Polovica sodelujočih gasilcev je navajala tudi, da so se včlanili v PGD zaradi **družinske tradicije** (*»Ja, moj oče je že bil, mislim kot ena družinska tradicija.«* (E10)). Kot druge razloge navajajo tudi **željo po gasilstvu** (*»… sem si skoz želel, da bi bil gasilec, in to je to.«* (B19)), **spoznavanje sogasilcev** (*»… sem spoznal fante.«* (B26)), **zanimanje za gasilska vozila in strojništvo** (*»Gasilski avtomobili so bli zmeraj za otroke zanimiv …«* (E12)) in **vključitev s sošolci ali prijatelji** (*»Kaj pa vem, nekej sošolcev sem mela tm. Pa sem šla pač zraven.«* (H9)). Za nekatere je bila pridružitev h gasilcem tudi zelo **zavestna odločitev** (*»Drugač pa ne vem. Po moje je bla tako, pač neka zavestna, logična odločitev.«* (F16)).

Polovica sodelujočih gasilcev je bila že pred operativno aktivnostjo del **gasilskih pionirjev** (*»… začela sem s pionirji…«* (A5)), večina sodelujočih tudi **mladincev** (*»Ja, sem bila v mladini.«* (F147)). Ti so nadaljevali tudi kot **gasilski pripravniki** *(»… sem bil prej pripravnik še.«* (D3)), nakar se jim je zdelo smiselno, da **nadaljujejo svojo kariero v operativnih vodah** *(»… če se enkrat, se mi zdi, pridružiš za neko starejšo starostjo, ti je, mislim da skoraj samoumevno, da greš naprej. … Sem pač tisti, ki smo pa ostal do konca, smo bli pa tudi pol prej ko slej operativci.«* (C12)). Dva od sodelujočih sta svojo pot zaradi starosti **takoj** začela **v operativi** *(»… so tako naredili, da nisem rabil bit pripravnik, sem že toliko star bil, da sem šel potem kar avtomatsko na tečaj.«* (B3)). Drugi gasilci so svojo pot začeli v različnih PGD, kasneje pa so se preselili v Litijo, kjer so nadaljevali gasilsko pot v tukajšnjem PGD (*»Ja, prej sem bil PGD Radohova vas.«* (E3)). Izpostavili so, da je v PGD Litija veliko več dela kot po nekaterih drugih društvih, predvsem zaradi pooblastil GEŠP (*»Ja, je blo kr fino. Tukej je bolj tko, vse,… Več se stvari dogaja, an.«* (H8)).

Sodelujoči gasilci so poudarili, da se radi **izobražujejo** na različnih področjih gasilskega dela, se **redno udeležujejo tečajev** in da jim ti veliko pomenijo (*»… kar meni pomeni, je več, to na Igu k so, ne, vaje.«* (B32)).

4.2. NAJBOLJ ZAHTEVNE INTERVENCIJE

4.2.1. Izkušnje najtežjih intervencij

Intervjuvani gasilci so kot zanje najzahtevnejše intervencije opredelili **prometne nesreče**, **nesrečo poznane osebe**, **nesreče s smrtnim izidom**, **pomoč ponesrečencem** in **oživljanje**. V kategoriji prometnih nesreč so navajali, da jim je na **splošno** najtežje ob interveniranju **v prometnih nesrečah** (*»Psihično so mi pa definitivno intervencije, ki so kakšne prometne, ...«* (F21)), saj imajo **največ dela** (*»Največ dela maš.«* (E24)) in **je** to **delo najbolj zahtevno** (*»Najbolj so, kako bi ti rekel, najbolj so zahtevne.«* (E25)). Nekdo od sodelujočih je tudi omenil, da so **ceste neprizanesljive** (*»Kadar gre pa za vse ostale intervencije, pa ponavad posledice bolj hude in to tudi nekak našo družbo kroji, da pač cesta ni prizanesljiva. In ja, tud intervencije so posledično take.«* (C21)). V sklopu nesreče poznane osebe so gasilci omenjali **nesrečo prijatelja oziroma sodelavca** (*»… regionalni cesti, se pač, se je pač prijatelj, bivši sodelavec, v bistvu zaletel v kombinirano vozilo …«* (A11)) ali **znanca** (*»Kaj pa jaz vem … Skoraj mi je blo bolj tist, ko se je tale fant M. ubil.«* (G27)). Drugi pa so omenjali **poznavanje udeležencev** na splošno (*»… sploh če so kakšni pač udeleženci, al ki jih poznaš, …«* (D21)). V kategoriji nesreče s smrtnim izidom so sodelujoči govorili o **smrtnem izidu na kraju nesreče** (*»… na kraju nesreče tudi umrl.«* (A12)) ter na **splošno o smrti udeleženca** (*»Kaj pa vem…. Če je smrtni izid.«* (H18)). Omenjeno je bilo tudi **reševanje pokojnega iz vozila** (*»… rezanje pokojnega iz vozila …«* (B44)). Zahtevno intervencijo gasilcem predstavlja tudi delo s ponesrečenci. Na tem mestu so gasilci omenili **udeleženost otrok v nesreči** (*»Otroci noter, ne veš, kaj lahko pričakuješ. Mislim, da so te najbolj zahtevne.«* (E28)). Nekaterim gasilcem predstavlja psihični napor **stik s poškodbami ponesrečencev**, predvsem če so te poškodbe težje narave (*»… pa da so mogoče mal bolj poškodovani.«* (F23)), oziroma s tistimi, ki so **potencialno poškodovani** (*»Tm si najdirektneje v stiku s potencialno poškodovanimi. Najhuj je takrat.«* (C19)). Posamezni gasilci so omenili tudi **splošno delo s ponesrečenci** (*»Prvič, avtomobil odprt, ponesrečence ven dobit.«* (E26)) in **drugimi udeleženimi ljudmi** (*»… da so ljudje noter udeleženi, …«* (F22)). Zadnja najpogosteje omenjena kategorija je bila **oživljanje.** Gasilci se na intervencijah srečujejo tudi z **dolgotrajnim oživljanjem** (*»Ko smo ga dali ven,*

smo ga pol ure oživljal, ni šlo.« (B52)). Ena od gasilk je poleg zgoraj navedenih situacij na intervencijah povedala tudi, da so zanjo najzahtevnejše intervencije pomoč **zgorelim osebam** (*»… se je ponesreči gospod zažgal v svoji uti…«* (A17)), **delo z motoristi** (*»… sem vesela, da jaz nikoli nisem imela motoristov…«* (A34)), **iskanje pogrešanih oseb** (*»Ja, pa na srečo sem se izognila vsem pogrešanim osebam…«* (A45)) ter **naloge ob samomorih** (*»… pospravljanjem samomorov.«* (A46)). Navedla je tudi, da s slednjimi tremi primeri k sreči še ni imela izkušenj.

Sodelujoči gasilci so vprašanje, kaj so za njih najbolj zahtevne intervencije, ki je bilo zastavljeno bolj z vidika psihične zahtevnosti, razumeli tudi v smislu fizične oziroma tehnične zahtevnosti. V tem kontekstu so omenjali interveniranje v **požarih** (*»Ma ne vem … Mogoče bi mi kkšen požar bil bolj tko zahteven kokr pa tehnično reševanje, …«* (G12)). Z vidika reševanja požarov je eden omenil tudi težavnost zardi **nepredvidljivosti požara** (*»Požari so pa pač v bistvu še bl nepredvidljivi kokr prometne nesreče.«* (D18)). Omenjena sta bila tudi **tehnično reševanje** (*»Tut recimo, če je tko kkšna intervencija, kaj pa vem, tehnično reševanje, …«* (H20)) in **uporaba izolirnega dihalnega aparata** (IDA) (*»… da pač grejo ljudje notr z dihalcem, ker je to definitivno en najbolj napornih fizičnih del, …«* (F19)). Težavnost intervencije povečuje tudi **nedostopen teren** (*»… pa kak nedostopen teren, …«* (C14)), sploh če gre za prometno nesrečo na neugodnem terenu (*»… prometne na težkih terenih so sploh zelo zahtevne.«* (C17)). Omenjena je bila tudi tehnična zahtevnost intervencije, ko gre za **delovno nesrečo** (*»Najbolj zahtevne se mi pa zdijo kake take delovne nesreče, …«* (D13)), kar je bilo podkrepljeno z omembo težavnosti v specifiki delovanja različnih priprav in strojev (*»… pri teh strojih pa pač nikoli ne veš, kako je sestavljen, kako dela in pol … Preden do tega prideš, morš to mejčken preštudirat.«* (D17)). Ena od gasilk je omenila tudi, da lahko tehnično zahtevnost premagujejo z **uporabo gasilskih priprav** (*»Ostalo načeloma fizično ti pomagajo neke priprave, ki jih pač imaš, ne vem, vitle ali karkoli, drevesa, avto premikaš tko.«* (F20)). Eden od sodelujočih pa je povedal, da je v bistvu tehnično zahtevna prav vsaka intervencija (*»Ja, tehnično je v bistvu vsaka zahtevana po svoje.«* (D12)).

4.2.2. Opis najbolj zahtevne intervencije

Sodelujoči gasilci so med intervjujem opisovali tudi intervencije, ki so si jih najbolj zapomnili oziroma so bile zanje najzahtevnejše z različnih vidikov, tako fizično kot psihično. Prav vsi gasilci so opisali intervencije, **povezane s smrtnim izidom**.

Primeri opisanih intervencij, ki so jih podali intervjuvani gasilci, so se nanašali na različne vrste prometnih nesreč. V nekaterih je bilo potrebno tudi oživljanje ali reševanje osebe iz vozila. V različnih intervjujih se je pojavljal tudi opis iste intervencije. Sodelujoči so opisovali še reševanje utopljenih ljudi, oseb, ki so zgorele v požaru, ter specifične tehnične intervencije, na katerih so reševali težke delovne nesreče. Zaradi varovanja osebnih podatkov in možnosti, da bi se posamezne osebe prepoznale v opisih intervencij, ne prilagam podrobnejših opisov s citati intervjuvancev.

Gasilci so se med opravljenimi intervencijami srečevali z marsikatero **oteževalno okoliščino**. Najpogosteje so omenjali **svojce udeleženih v nesreči**. Že sama prisotnost svojcev na kraju nesreče povzroča težavo (*»Sploh če pol pridejo svojci, alpa če so še kkšni drugi udeleženci.«* (H24)), predvsem ko morajo gasilci nato njim poročati o nesreči (*»Niti ne veš, kako bi povedal …«* (A103)). Sodelujočim tudi ni bilo ravno prijetno, če so ugotovili, da poznajo svojce ponesrečenca (*»Njega sem mogoče bolj drugače povezovala, je bil tudi od brata sosed, čeprov osebno ga nisem poznala.«* (G57)). Druga težava, ki se pojavlja med interveniranjem, je **zvedava javnost** (*»Ne maram pa tmle kr enem govorit.«* (B102)), na primer ko mimoidoči snemajo dogajanje (*»Dokazi so. A veš, dokazi so, snemajo, …«* (E152)). Veliko intervencij tako postane medijsko izpostavljenih (*»… bolj medijsko izpostavljena za vse, avti se skos mem peljejo pa slikajo, precej smotan …«* (A32)). Tudi **udeležba otrok** gasilcem predstavlja oteževalno okoliščino (*»Sploh če je otrok. Tega pa ne morš pozabt.«* (C65)), prav tako **nepoznavanje okoliščin** dela. S tem so mislili na to, da je bila v nesreči udeležena oseba, a za to najprej niso vedeli (*»Niso, niso niti na glas povedal, da je nekdo noter …«* (A63)), oziroma da se ne ve, ali je oseba še živa (*»Da pa ne vejo ali je mrtva ali ni, …«* (B76)). Eden od gasilcev je govoril tudi o tem, da je bila oseba že tako neprepoznavna, da niso takoj vedeli, da je to človek (*»Ni bilo več videti, da je človek, se je vidl samo še pač notranje organe, pa pač lobanjo pa tako.«* (D54)). Oteževalna okoliščina je tudi **nasilje udeleženca v nesreči** (*»… ampak bolj mi je blo tko »creepy« (grozljivo), ker smo tega fanta, ki je bil pijan, je bil pač ful ful nasilen.«* (F40)). Intervjuvanci so opisovali, da jim oteževalno okoliščino predstavlja tudi to, če po nesreči **pogledajo v oči umrlega** (*»In če veš, da je neka smrtna oziroma pač, da je nekdo mrtev, se pa pač… Ful probaš ga ne v obraz gledat zaradi tega, ker te je ful strah, si boš to sliko vtisku v spomin.«* (F53)), zato se tega izrecno izogibajo. Stisko sodelujočim gasilcem včasih povzroča tudi **izgled posmrtnih ostankov** (*»Seveda sva mogla tako gor nest (gospo brez glave op. a.)… Do tlele gor sem mel [pokaže do konca vratu pri glavi], samo še korak bi naredu, pa bi šlo ven,*

bi bruhnu.« (E106)). Ne glede na vse naštete okoliščine morajo gasilci vseeno **opraviti svoje delo** (*»Nardit morš, en more. Žal.«* (E57)).

Na intervencijah so gasilci v zelo različnih **vlogah**, od tistih neposredno vpetih do bolj postranskih. Intervjuvanci so opisovali, da so zelo **neposredno udeleženi v delo** (*»Ne, takrat sem bil not, sem delal.«* (B54)) kot **gasilci v napadu,** tisti, ki gredo gasiti neposredno v požar (*»… saj večinoma sem kot napadalec, mislim kot v prvi vrsti.«* (B67)) oziroma **vozniki gasilskega vozila** (*»Bil sem tut šofer vozila, HTV-ja, takrat smo bili štirje.«* (B55)). Eden od njih je v določeni intervenciji **posredoval** prav **pri ponesrečencu** (*»Jaa, jaz sem bil v bistvu, sem žagal tam, kjer je mel on roko čez, tako da smo potem to ven dobil, …«* (D30)), drugi pa je bil največkrat celo v **vlogi vodje** (*»Mislim, da sem bil vodja intervencije.«* (E37)). Bolj obrobne naloge so **varovanje** (*»So me dali stran, na varovanje.«* (A59)), **zapora ceste** (*»Prvotno, zapora ceste. Hmm, ja, takrat smo imeli še take postopke, pa …«* (C33)), **priprava orodja** (*»Načeloma sem nosila orodje pa pomagala tist, kar so tist moment rabil.«* (F34)) in podobno. Nekateri se udejstvujejo tudi v bolj **z zdravstvom povezanih nalogah**, predvsem gasilke, ki imajo ustrezno izobrazbo (*»Ker sem medicinka, potem prevzemam take naloge velikrat.«* (H60)). Nekateri gredo tudi korak dlje, preko svojih dogovorjenih nalog, in pomagajo svojcem in udeležencem tudi na **psihosocialni ravni**, tako da jim nudijo »suport« (*»Potem sem bla pa praktičen skos ob mami. S K. [reševalec] sva se mal menjala, recimo, no, vsak je bil nekaj časa pri njej.«* (G52)).

4.2.3. Doživljanje najbolj zahtevnih intervencij

Med intervencijami se gasilcem, sodelujočim v raziskavi, porajajo najrazličnejši občutki, ki pa so predvsem negativni. Pri posredovanju na intervenciji gasilci občutijo **adrenalin** (*»Ja, definitivno najprej v tistem momentu, ko si tm, imaš pač sam ful adrenalina, a ne.«* (F52)), ki je še najbolj prisoten pri prvih intervencijah v začetku kariere (*»Je bil še tist adrenalin, k ga na začetku dobiš, ko dobiš poziv, tista, tista tako najbolj taka.«* (C31)). Adrenalin je prisoten tudi ob neprijetnih trenutkih na intervenciji (*»Je pa,… mislim pač, en tak adrenalin gre čez tebe, mal se čudn na moment počutiš, kot da bi eni mravljinci šli čez, pa pol je spet v redu.«* (G62)). Prisoten je **občutek nemoči** (*»Nemoč.«* (C40)), ki se nanaša na njihovo veliko željo in nalogo pomagati, a žal zaradi okoliščin v nekaterih primerih to ni zadosti za rešitev življenja (*»K pa ti prideš pa delaš, delaš, delaš pa ni pol tistega, kako bi reku, učinka ne, čeprav smo vse naredili, kakor smo lahko.«* (B46)). Občutek imajo, da se v teh primerih trudijo zaman (*»Pa smo, tudi*

smo se trudili, pa smo pa videli, da ni šlo.« (B50)). Izražena je bila tudi **nemoč ob smrti** (*»Ker sam kot gasilec ne moreš nič naredit.«* (C23)) ter da je ob tem najhujše (*»Ja. To je najhujš.«* (A23)). Ne glede na to gasilci naredijo vse, kar je v njihovi moči (*»Ampak pač itak moraš zmeraj to tako, da se pač ne obremenjuješ, da si naredu, kar si lahko, ne.«* (D23)) in to jih tudi tolaži. Sprejmejo, da so naredili, kar so lahko (*»Takrat med samo nesrečo. Ja, pač, je kar je bilo. In si to tud dopoveš, ...«* (C38)). Velikokrat je ob intervenciji prisoten **šok** (*»... bil je malo šok...«* (A18)), ki ga s časom predelajo (*»... ampak počasi predelaš šok...«* (A21)). Opisovali so tudi **žalost** (*»To je ena sama žalost.«* (C26)), eden od gasilcev je povedal, da se tudi zjoka (*»... ker pač ... Sam na jok gre,...«* (C36)). Nekateri so doživljanje poimenovali kot **težke občutke** (*»... malo težek občutek je ...«* (A89)), **paniko**, ki se pojavlja predvsem v začetnih delih intervencije (*»Pač, na začetku je panika, kaj se dogaja, pol ne znaš čisto prav doživljati stvari, bi reku.«* (C67)), oziroma **neprijetne** (*»V glavnem, ja, ni mi blo prijetno.«* (G33)) in **stresne občutke** (*»Takrt je bla U. (sinova op. a.) prva tako na kraju, ni bla nič udeležena, pa tako mi je bilo nekej tak čudeno, stresno,... pa ne stresno, ne vem.«* (G32)). V splošnem doživljajo gasilci zelo **intenzivne občutke**, nekaterih tudi ne znajo pojasniti (*»Kr nekej sem čutila, nekaj mi ni blo.«* (G29)). Sodelujoči so poročali tudi o tem, da jim je med intervencijo **hudo za ljudi**, udeležence ali svojce (*»Ker ti je hudo za ljudi.«* (H22)), na primer ob tem, ko otroci v nesreči izgubijo starša (*»Pa no, ne vem, sej mi je blo hudo, otroci so mamo zgubili, ampak to ni nekej, kr bi res tm zdej tuhtala.«* (H39)). Včasih se je zgodilo tudi, da se je kdo nenamerno postavil v kožo ljudi (*»Ponavad se poskušaš postavit, ne da se poskušaš, to se zgodi, v to, kaj je ta oseba doživlja in ... Recimo, da delček tistega tudi dožviš, ...«* (C42)) in je tako izkušnjo vzel preveč osebno (*»Ker se mi zdi, da to pri teh intervencijah, ko so pa čustveno hude, pa to jemlješ ponavad zelo osebno, zato pa pride do takih odzivov.«* (C79)). Pojavlja se tudi prekomerno **premišljevanje** o situaciji (*»Pa premišljevanja, pa pol, ...«* (C80)), ostaja pa želja, da bi težke situacije pozabili (*»Na to rada pozabim, ...«* (A105)). Posebej težko je takrat, ko gasilci še **nimajo izdelanih načinov za spopadanje** s težkimi občutki in situacijami (*»Nisem imel še, ... zares izkušenj, da se s tem spopadam.«* (C34)), zaradi česar lahko nastanejo tako imenovane rane (*»... posledično ran, ane.«* (C81)), ki so tudi posledica prekomernega premišljevanja in obremenjevanja s preživetim dogodkom. Ob vseh zgoraj navedenih občutkih, ki jih gasilci doživljajo ob intervencijah, pa so nekateri izrazili tudi, da ob intervencijah **nimajo posebnih občutkov** (*»Kaj pa jaz vem, jaz nisem nikoli da bi reku, da sem mel kakšne občutke.«* (E38)). Eden od gasilcev to povezuje s svojimi osebnostnimi lastnostmi (*»Saj dotakne se te, sam ne vem, al jaz to bolj prenašam al sem bol tak tip.«* (E153)). To še ne pomeni, da bi jim bilo med intervencijo vseeno (*»Ja, mislim, ni ti vseen ne, ...«* (D41)), le zavedajo se, da jim

težki občutki ob delu niso v korist (*»Nima smisla, da tm nekej jokaš pa se ukvarjaš z občutki, ker to nobenemu ne koristi.«* (H37)). K lažjemu prenašanju težkih občutkov jim pomaga **»preklop v glavi«**, kakor to imenuje eden od gasilcev (*»Da lahko narediš, kar lahko, več ne moreš, in se nekak naredi en preklop v glavi. To je pa zdaj moj job, zdej ne morem imet nekih hudih čustev, izpadov, ni tega.«* (C59)), ki se zgodi, ko nosijo gasilsko obleko (*»Ko ti enkrat daš obleko gor, mislim da smo tud mi v društvu taki, zelo dobro razumemo, zakaj maš obleko gor.«* (C58)). Ob vsem tem se zavedajo **minljivosti življenja** (*»… vidiš, da ja, lajf se kr tako konča in ni več …«* (A19)) in da gre življenje ne glede na vse naprej (*»Življenje gre naprej, …«* (A88)). Včasih pomaga tudi to, da si drugače predstavljajo posmrtne ostanke človeka (*»Pol pa si pač probaš predstavljat, da je to samo nekdo, oziroma pač če ga moraš prestavit, če je mrtev ali pa kakšnega utopljenca, si morš predstavljat, da je kos mesa, ker če ne te tok bolj prizadene, če razmišljaš, da je človek. Sam sebi škodo narediš. Sej se mal tko grdo sliši, ampak sam sebe morš kdaj zaščitit.«* (F54)), čeprav se to sliši zelo grozno.

Intervjuvanci so opisali tudi svoje občutke ob **fizično zahtevnih intervencijah**, ki pa so bili pozitivnejši *(»Fizično, pa pač tko mentalno težke intervencije pa ponavad dajo ful dober filing, da si nekaj naredu.«* (C74)). Pri taki vrsti intervencije imajo gasilci več časa za razmislek in posledično za ukrepanje, torej sproti dojemajo dogajanje (*»… ker je zmeraj, daljši čas potekajo in tudi med intervencijo ti drugače dojemaš stvari, ker imaš čas dojemat.«* (C76)). Gasilka je omenila, da za zdaj dobro predeluje izkušnje prometnih nesreč (*»Prometne so mi pa tako pa ... Jih kr zaenkrat dost dobr predelujem, no.«* (G19)), omenila pa je, da ima manjši strah pred požari zaradi tehnične zahtevnosti ter težave pri soočanju s tem (*»Ampak tist mogoče en, kaj pa bi rekla, mogoče strah ali pa predsodek, kaj bi bilo, če bi res dejansko bila tam nekje notr, da bi res ful gorelo okrog mene. Ne vem, situacije, kako bi reagiral, tega mogoče.«* (G18)).

Po intervenciji sodelujoči gasilci po večini ne doživljajo več intenzivnih občutkov, radi **zamenjajo okolje** in delajo običajne stvari (*»… in potem sem doma videla, da ne morem biti več doma …« (*A81)) in **se** tudi **ne želijo se pogovarjati o dogodku** (*»Pa na vlaku nisem mogel se pogovarjat, ko so me spraševal.«* (B95)). Nekaterim drugim **pogovor** takoj po intervenciji pomaga, naj bo s sogasilci (*»Tako da nerad govorim, no, sploh mislim, razen z gasilcem, ja, če bi me ti poklicala,…«* (B100)) ali v službi (*»Pa tud v službi me vprašajo, kako je blo, pa jim rada razložim te stvari. No, njih pa tud zanima.«* (G23)). Ena od gasilk si rada pomaga z **verskimi običaji**, da lažje predela izkušnje z intervencije (*»… pol sem ga šla kropit.«* (G34)). To ji pomaga začeti predelavo (*»Me je res mal pretreslo, ko sem pršla ven, sem se mogla mal usest, da sem to predelala, in to je to.«* (G45)). Nekaterim se dogaja, da takoj po intervenciji

premlevajo misli o dogajanju (*»En cajt sem premleval, ...«* (B84)), ob tem pa doživeto situacijo tudi prenesejo na lastno življenje (*»Pri E,. recimo, sem včasih pomisnla, kako bi bilo, kako bi jaz sama reagirala v teh trenutkih, če bi bil pač moj otrok ...«* (G59)). Tudi po intervenciji se pojavljajo **najrazličnejši občutki**, na primer **žalost** (*»Če pa pol za nazaj gledaš, ko si pa enkrat doma, pa ... Tist, ne vem, takoj po intervenciji, k te adrenalin spusti, si kdaj tko žalosten za koga, za otroke, ki so izgubili starše ...«* (F55)), **otožnost** (*»Neke take občutke imaš, bolj žalostne oziroma otožne.«* (F57)), **prizadetost** (*»So druge intervencije, k te drugače prizadanejo, ne.«* (C48)), tudi **topi občutki** (*»Na začetku so to neki topi občutki, k ubistvu člouk sploh nima časa o tem razmišljat, ...«* (C45)). Vse to pride na plano (*»Pa se začne ta ciklanje v glavi in takrat ti občutki pridejo. Ven, na plano.«* (C47)) in se pri nekaterih le še poglablja (*»To se potem samo poglobi.«* (C43)). Nekateri te občutke zelo podoživljajo (*»... ko zamižiš, vidiš osebo pred sabo, ...«* (B88)). Prvi dan je najhuje (*»Na primer, ko je bila ta, to mi je bilo hudo. Tisti dan je bilo res hudo.«* (B93)). Za tem se začne **predelava izkušnje** in občutkov (*»... dost bolj psihično naporne, oziroma pač rabiš kdaj kakšen dan, da jih daš čez oziroma pač da, ... da jih pozabiš.«* (F25)). Nekaterim to vzame več časa, drugi s tem nimajo težav (*»Jaz sem predelal to, jaz glede tega nimam problemov.«* (E59)). Spet drugi se lotijo predelave tako, da zaščitijo sebe in o tem ne govorijo (*»Ja, zaščitim sebe, ne bom govoril o teh stvareh.«* (B99)). Trije gasilci so povedali, da po intervenciji **nimajo nikakršnih težav** (*»Ne, res nimam težav, lahko še punco vprašaš. [se zasmeji]«* (D46)), z dogodkom se ne obremenjujejo (*»K res, res nima smisla, da se nekej obremenjuješ. To te uniči.«* (H41)) in si ga ne jemljejo k srcu (*»... ali si ne ženem to tok k srcu, ...«* (D50)). Eden od gasilcev to ponovno enači s svojimi osebnostnimi lastnostmi (*»Ne vem, a sem zato, ker sem tak človek ...«* (D49)).

Danes prav vsi sodelujoči gasilci, razen enega, pravijo, da **nimajo težav**, ko pogledajo nazaj na dogodke (*»Ja, seveda, nimam problemov s tem.«* (H49)). Brez težav govorijo o intervencijah (*»Ne, ni mi problem o tem sploh govort.«* (D56)), čeprav je ena od gasilk omenila, da ji je nekoliko neprijetno, kadar podrobno opisuje intervencije (*»Ne vem, mogoče ker ful podrobno opisujem, so mogoče mal neprijetni (občutki op. a.).«* (F59)). Izkušnje so **predelali** (*»Ja, sem pridelala, ja.«* (A77)), še najbolje, če sproti (*»Jaz mislim, da kar sprot predelam.«* (E60)). To tudi zahteva svoj čas (*»Ja. Tako, čas.«* (B112)). Stvari si »uredijo v glavi« (*»... mam tko pošlihtano v glavi.«* (H51)). Včasih je treba, da mine nekaj časa, da občutki izginejo, se predelajo (*»Sej pol čez cajt to kar se zgine.«* (B91)). Tudi za soočanje s smrtjo je potreben čas (*»Čez nekaj časa si to pač vpišeš v glavo (soočanje s smrtjo op. a.). Ampak ...«* (C24)). S tem dobijo trdo kožo (*»In pri gasilcih ni razlike. Rabiš pa čas, ja ... Trdo kožo dobiš, vidš, da nima*

smisla, da premišljuješ, kaj bi blo, če bi blo, ker ne morš spreminjat.« (H48)). Veliko jih na dogodke tudi **sproti pozabi** (*»… ampak je bilo potem dobro, sem pozabu.«* (B85)). Včasih se jim zgodi, da se ob določenih trenutkih na **izkušnjo spomnijo** (*»Pač, sej tko no, seveda se spomnim kdaj na te intervencije, ti pride nek trenutek, se spomniš, ampak ni to nič travmatičnega.«* (H63)), v glavi se jim pokažejo podobe izkušnje (*»Kkšen moment se ti pač kdaj pa kdaj, pač ti pride nazaj, ne. Maš sliko v glavi. Ampak mi ni to kej grozn tko.«* (G75)). Eden od gasilcev je opisoval, da se **težke izkušnje seštevajo** (*»Pol pa vsakič, ko se nekej novga zgodi, se malo, se doda …«* (C53)) in da se včasih se ob podobnih intervencijah odpre rana (*»Tako da je še mal frišna rana, k se nikol v bistvu ne zacel.«* (C52)). Občutke mora zato zavestno izklopiti (*»… sam večinokrat lahko to kar dobr izklopiš.«* (C55)), kar mu tudi uspeva. Konec koncev je za gasilce najpomembneje, da se znajo osredotočiti na **pozitivne plati** svojega dela (*»Sej pomisliš pol na dobre izide, ki so bli!«* (H65)).

4.2.4. Olajševalne okoliščine pri delu na intervenciji

Kot olajševalno okoliščino pri svojem delu vidijo **pomoč zdravstva** (*»Na srečo so bili vsaj reševalci že tam …«* (A99)) in **zdravstvenih pripomočkov** za pomoč ponesrečencem (*»… defibrilator pa tu pa.«* (B64)). Le s pomočjo reševalnih ekip se lahko reši življenja ljudi (*»… veš, da si prišel, mislim občutek, mislim po pozivu, ko dobiš, greš, gremo, pomagamo, razrežemo, naredimo, naložimo, rešilec zrihta, pelje v Ljubljano, par dni je tam, gre ven, to je to.«* (B45)). **Znanje medicine** jim omogoča lažje delovanje na intervenciji, kot se je potrdilo v primeru z nasilnim voznikom (*»No, pol ker mu niso nič mogli pomagat, so v bistvu, se je pol zdravnik odločil, da ga bo uspaval, da ga pač umiri, da ga bomo mi lahko lažje ven dal, zaradi tega, ker je bilo pač za varnost nas in njega najboljše.«* (F44)). Ena od gasilk je izrecno omenila, da ji najbolj pomaga to, da ima **medicinsko izobrazbo**, da je medicinska sestra (*»Ampak mogoče meni tle pomaga tud to, ker sem medicinska sestra, se tega navadiš tut med šolo. Drugač gledaš pol na to.«* (H47)), kar ji omogoča tudi drugačen pogled na delo gasilca in na soočanje z občutki. Seveda ne glede na vse k dobremu delu na intervenciji še najbolj pripomore prava pripravljenost na različne situacije (*»Jaz sem bil v tistemu delu že pač prštiman, kot drugi napadalec, pač druga napadalna ekipa, sem bil prštiman, že v kamionu, ampak nisem dal še maske gor in sem šel z vodjo pogledat pač ke človeka in sem vedel takoj, za kaj se gre.«* (D52)) in potek dela (*»Ti na prometno nesrečo se lahko pripraviš tehnično, približno prčakuješ, kaj boš rezal na avtu, kaj boš delal, kako ga boš odprl, …«* (D16)).

4.3. SAMOPOMOČ OB TRAVMATIČNIH DOGODKIH

Intervjuvani gasilci so povedali, da si največkrat sami pomagajo pri sprostitvi po stresnih ali travmatičnih dogodkih, v svojem prostem času, z **glasbo** (*»No, če tko rečem, mam glasbo rad, takole če je v avtu dober komad, jaz dam na glas.«* (E83)) ali različnimi oblikami **športa** (*»Pa šport.«* (B179)). Radi se **zaposlijo z drugimi dejavnostmi** (*»Nekej delam pač.«* (C85)), da si zapolnijo dan (*»Ne, ne, ni. Morš met zapolnjen dan.«* (A145)) in ne razmišljajo o dogodku (*»Ne pustim si mislt slabe stvari. Da mine.«* (C83)). Razmišljajo o drugih tematikah (*»Čist tako mal, da je druga tema, druga debata.«* (E72)), da se odklopijo (*»Ponavad se odklopim.«* (C82)). Veliko sodelujočih se rado **pogovarja** (*»To mi je tud dost pomembno, da se pogovarjaš, ...«* (G21)), da si tako pomagajo v težkih trenutkih, pa naj bo pogovor z družbo (*»Ja, ne vem, probam se pogovort, ali s kolegi ...«* (D57)), sogasilci (*»S fanti (sogasilci op. a), ko gremo iz intervencije, ...«* (E65)) ali člani družine oz. partnerjem (*»Drugač pa v svojih domačih najbolj.«* (G78)). Ena od gasilk je omenila, da ji najbolj pomaga, če govori z nekom, ki ni bil del intervencije in ne pozna gasilstva (*»Pa z botrom sem se šla enkrat pogovarjat, k je pač tko čist zunanji opazovalec, ki nima nobene veze z nobenim, ampak da ti da nek drug vidik na situacijo.«* (F88)). Radi se zadržujejo v **družbi** (*»Mislm, sej če je družba, se tut kakšnega spije, takole po intervenciji.«* (E71)), s katero se tudi pohecajo (*»... pa da se smejimo se, da se hecamo pa ...«* (B114)). Druga gasilka je povedala, da ji pomagata **molitev** (*»Včasih mi je fajn tud, ker jaz sm verna, mi je včasih tud zvečer, ko greš spat, ko se pač umiriš, ... Jaz mam pač navado, da zmolim zvečer, da se zahvalim za te stvari.«* (G76)) in obisk maše. Ena od intervjuvank si vzame **čas za predelavo**, razdela si stvari v glavi (*»Pač ful mi pomaga, da si v glavi razlagam, da pač tud če je smrt, je pač smrt, je del življenja in je v bistvu edina stoprocentna stvar, ki se nam bo v življenju zgodila.«* (F69)), da tako zaščiti sebe (*»Drugač pa pač probam v svoji glavi razdelat pa pač se zaščitit, ...«* (F66)). Nekateri imajo po lastni oceni **nekonstruktivne osebne načine** za soočanje z dogodkom, kot je na primer prekomerno premišljevanje (*»Po naravi sem ful hud »overthinker« (preveč premišljuje) in vse 65-krat premislim.«* (F85)), čeprav vedo, da jim to ni v korist (*»... ne smeš samega sebe mučiti s tem, sam sebe boš dobesedno ubil s tem in noben drug.«* (A116)), prestavljanje soočanja (*»Če pa ne dela ... Pač samo prestaviš. Prestaviš pol na naslednjič, ko se moraš s tem soočit.«* (C88)) ali preklinjanje (*»... tud včasih kej zarobantim, zakovnem tko mal na hitro, da me tista jeza mine.«* (G100)). Nekateri utapljajo občutke v alkoholu (*»Mal pregovorno, pri takih zadevah gasilci radi kdaj nazdravimo. Ampak tukej pa nismo nazdravljal, alkohol je tud zadeva, ampak bolj se mi zdi kot, zdaj si pa nekaj doživel, kot neka šok terapija, glej, tole spij, k boš lažje predelou.«* (C108)). Drugi posebnim tehnikam

sproščanja sploh ne dajejo pozornosti (*»To pa res nisem nikol študirou, kva nardim.« (*E82)), vseeno pa na svoj način izlijejo občutke (*»… mam navado, da zmeri ven dam iz sebe, se pogovarjam z ljudmi, da na tiščim tist v sebi, da pač tko, …«* (G22)), eden od gasilcev tudi s pomočjo joka (*»No, včasih se tud zjokam. [se zasmeji]«* (C93)).

Sodelujoči gasilci so omenili, da so med intervencijo polni adrenalina, kar jih motivira za delo in zaradi česar **nimajo časa razmišljati o drugih stvareh** ter biti neodzivni. Delajo racionalno. Večina gasilcev je omenila, da pri njih med intervencijo še ni prišlo do trenutka, ko bi »zamrznili« (*»Ne, mislim, ni mi še prišlo. Hvala bogu, tisti cajt, da bi videl, ni.«* (B119)); s tem **nimajo težav** (*»Nisem še tega mel, da med intervencijo ne bi zmogel… bit gasilc.«* (C94)). Pozorni so na to, da jih ne zajame panika (*»… da bi dejansko rabil paničart. Sej, ne, ne paničariš, to ne.«* (A123)), saj točno vedo, kaj morajo delati, kaj je njihova naloga (*»V glavi imam samo postopke, ki se delajo, kaj se dela v določenem momentu, in zelo racionalno razmišljam tisti moment in takrat jaz nimam čustev.«* (F76)). Seveda ob intervenciji občutijo težke trenutke (*»Ne vem, pač, definitivno ti kdaj pač pride tko, da občutiš, da ti je hudo za tega otroka, ki je mamo izgubil, ampak ne v smislu, zdaj pa pač boš zatrokiral, no, ne vem.«* (F79)). Dva sodelujoča gasilca pa sta opisala **trenutek »zamrznitve«** na intervenciji. Prvi je povedal, da se to po navadi zgodi ob začetnih intervencijah (*»Mogoče v začetku, …«* (D63)), ob začetku kariere in negotovosti (*»… zato ker pač, sej sem hodu na vaje pa to, ampak ti, k si v začetni fazi kot prostovoljni gasilec, pa če pač nimaš tok intervencij za sabo, majčken pač mislim, zatrokiraš, še nisi tako suveren v tem, kar delaš, …«* (D64)). Gasilka je opisala situacijo, ko se je zgodila nesreča sogasilca (*»Ja, … en tak trenutek sem mela. Recimo, ko se je v J. (eden od sogasilcev) eden zaletel, ko je zaspal.«* (G86)). Takrat jo je situacija tako prizadela, da ni našla orodja (*»Ko smo bli tam na samem kraju, so se stvari vse sorte dogajale in meni je B. rekel, naj grem v multistarja (gasilsko vozilo GVC – ZD1) po zaščito za ponesrečenca.«* (G88)), ki jo je iskala, čeprav je gledala vanjo (*»Jaz sem šla, vedla sem, kje je. Stala sem pred tistim. In nisem najdla. Gledala sem v to.«* (G89)). Iz tega trenutka neodzivnosti jo je vrnil poveljnik (*»In v tistem pride B. (poveljnik op. a.) pa pravi, pa kje si zdaj, kje je zdaj, tukaj vzemi in takole vzame, direkt pred mano. In takrat sem se zbudila.«* (G151)). Eden od gasilcev je povedal tudi, da lahko pride do »zamrznitve«, če situacije ne pričakujejo (*»Saj po moje na intervenciji ne boš zmrznu, razen če pride do kakšnega takega, da te nekaj preseneti. Sam pomoje, ne vem, pri nas je že taka rutina …«* (E95)). Ena od gasilk je opisala situacijo, ko so vsi gasilci stali v krogu in gledali v prazno zaradi slabega izida nesreče (*»In v tistem vsi stojimo okrog avta, tako na polno lije. Res, vsi samo stojimo, itak čist mokri, in samo gledamo v prazno.«* (F80)), kar se je zgodilo po

že končanem delu, ob umiritvi (*»Ni blo pač pa med samim delom. Pač je blo že konec vsega, v bistvu.«* (F82)). V trenutku, ko je med intervencijo najtežje, gasilci **premislijo, predno ukrepajo** (*»Mogoče sem se ustavu pa še enkrat mal premislu, kaj naredit.«* (E74)), stopijo korak nazaj (*»… zato rajš stopiš en korak nazaj, …«* (D65)) in zadihajo (*»Sem potem zadihala, pa sem šla naprej.«* (G98)). Včasih je treba **odmisliti težke trenutke** (*»Kadar je tolk naporno, pa da nč ne morem glede tega nardit, se pač zadeve lotm tko, da probam odmislt.«* (C100)), počakati, da mine (*»Pa da pač počakam, da tist, kar ne morm naredit, mine.«* (C101)), ali **prepustiti delo drugemu** (*»… al pa pač daš kateremu drugemu, da on dela, ne.« (*D66)). Lažje delujejo, če na situacijo pogledajo s širšega zornega kota (*»… to majčkeno bolj na široko pogledaš, da pač lažje prideš do končne rešitve. Isto pač pr intervencijah.«* (D74)), kajti če v takem trenutku ne ukrepajo ustrezno, lahko **škodujejo sebi ali drugim** (*»Ker tolk pa vem, da pač, če ti nisi pri stvari, lahko tej osebi škoduješ. Nardiš še slabš.«* (C98)). Intervjuvanci so povedali tudi, da miren odziv sčasoma postane navada (*»Zdaj pa ni več, pa tudi naletim. Če bi piskal, ne bi letel. Mislim, nisem tist paničen, pa tist, da se izgubm. Lepo avtomatsko se oblečem, če je kaj hujšega, letim, če pa ni, gre pa bolj počas, ne.«* (B129)), težave bledijo. Večina intervencij je nezahtevnih (*»Sej večina intervencij ni tok hudihn,…«* (A122)), kar pomeni, da pri gasilcih ne prihaja do večjih stisk.

Pri premagovanju stisk med intervencijo nekaterim gasilcem pomaga **znanje s področja zdravstva** (*»… ker itak tudi moj poklic (babištvo op. a.) je bolj nagnjen k temu, da moraš sebe zaščititi in se tudi v bistvu že med študijem in tega pač prilagodiš tako, …«* (F67)) ali pa **redno obiskovanje vaj** (*»To so pa samo te vaje pol, sej veš. Sam večinoma s telim našim fantom se kr da.«* (E79)). Tudi med **pogovorom** naslavljajo te tematike (*»… smo o tem lahko govorili …«* (A134)). Pomembno je medsebojno **zaupanje** (*»Ja seveda, tle pa, … to je pa osnova. Tle pa nimaš kej. To je isto, ko greš v požar. S temu, k greš notr, mu morš zaupat. On je tvoj rešitelj.«* (E77)).

Na delo in soočanje z občutki med intervencijo **vplivajo tudi druge okoliščine**, kot sta prisotnost sogasilcev (»Veliko pa vplivajo, tudi kdo je zraven tebe, …« (A130)) in prenos panike (»če je nekdo zraven tebe živčen pa paničar, je groza.« (A131)). Doživljanje enega se lahko prenese na druge (*»Plus pa to, ne, kar sem jaz podoživljav, ki so bli drugi svojci, bi pol spravljal to na vse moje kolege tm.«* (C99)).

4.4. PREVENTIVA PRED POSLEDICAMI UDELEŽENOSTI NA INTERVENCIJAH

Le malo intervjuvancev ve, da je v sklopu **strokovne pomoči** na voljo preventiva pred posledicami udeleženosti na intervencijah (v nadaljevanju preventiva) (*»Vem, da imam na voljo…«* (A146)), vendar še ti ne vedo, kakšna. Omenjeno je bilo, da se **šele nekaj let sploh govori o preventivi** (*»Am, ... to je zdejle šele ene par let ... Da se to bolj govori o tem. Prej tega ni blo, tolk.«* (E84)). Drugi gasilci so povedali, da tega področja ne poznajo (*»Po pravici, nč.«* (G104)). Eden je mnenja, da **preventive sploh nimajo** (*»Razen neko preventivo v smislu tega, da so nam povedali, kaj lahko, nimamo zares.«* (C103)). Kar nekaj jih je povedalo, da bi se po **informacije obrnili na poveljnika** (*»Ja, poveš, ne, ne vem, tu pa tu je, kako bi si lahko pomagal, pol ti pa po moje poveljnik pove ali pa ker je, ...«* (B134)), in da je njegova dolžnost, da to ureja (*»To bi mogu povelnik kej urejat…«* (E93)). Informacije in podporo bi iskali tudi **izven gasilstva** (*»Jaz mislim, če bi policaja kakšnega vprašal, da bi sigurno kaj vedel.«* (E92)).

O **programih**, ki se izvajajo na področju preventive, kar nekaj gasilcev **ne ve ničesar** (*»Programov ne poznam, ...«* (D78)). Pravijo, da se na različnih tečajih o tem ne govori (*»... če zdaj pomislim, recimo, kako so potekali tečaji za operativca, pripravnika, tega niti nimaš.«* (A156)). Na splošno o **programih ne govorijo** (*»Ne, jaz ne, no, pač ker nisem z nobenmu o tem še govoru.«* (D82)), eden od intervjuvancev pa je povedal, da ga ta tema ne zanima (*»Pa mogoče se nisem nikoli tudi zanimal za to.«* (E91)). Nekdo pa je omenil, da je **nekaj slišal o programih** (*»Preventivno so pa bolj kot, ne vem, to, kar so povedal na tečajih.«* (C109)), a da je bil prepričan, da je to le za poklicne gasilce (*»Pač, verjetno sem bolj sklepu, da se gre za neko zadevo poklicne narave.«* (C115)). Po navadi se začne programe in izobraževanja na različnih področjih izvajati pri poklicnih gasilcih, nato pa se to prenese še na ostale PGD (*»Ampak ja, sej dostkrat je v gasileriji tko, da kar pač poklicni imajo, pride slej ko prej tud k nam, tudi če bi bilo samo pri njih kot tečaj. Pa če se izkaže kot neka zadeva, ki pomaga.«* (C116)). Ena gasilka pa je omenila, da gotovo obstaja **preventiva v smislu tečajev** (*»Po moje je kej takega v smislu, da pač, ... Verjetno obstajajo kakšni tečaji ali pa kaj takega?«* (F92)).

Kot **metodo preventive znotraj društva** so gasilci največkrat omenili **pogovor** (*»Drugače pa v društvu se pomenimo, če je kaj tazga ampak ...«* (B133)). Večkrat ostanejo v društvu in se pogovorijo (*»Ammm, ful mi pomaga da, itak po takih intervencijah se tukaj usedemo v gasilnem, pa se pogovorimo tko med sabo.«* (E63)). S takšnim preventivnim pogovorom se okrepijo za nadaljnje intervencije (*»Tko, čist odvisen od situacije. Ponavad k niso tok hude*

zadeve, je to tud u bistvu neka preventiva za naprej.« (C150)). Zelo cenijo **medsebojno pomoč** (*»Se mi zdi na splošno gledano, če je kakšna smrt, potem poveš, da je bila od nekoga ta prva ali pa da si ga videl, da ga je pač ful prizadel, greš do njega pa ga vprašaš, a si kul?«* (F94)), zato med sabo redno preverjajo, ali kdo kaj potrebuje (*»A bi se pogovoril, dajva se pogovorit. Vedno je nekdo, k te bo pač vprašal, a si v redu, a rabiš kaj predelat.«* (F95)). Vsak mora sam vedeti, česa je sposoben (*»Sej zato pa fante mal vprašaš na intervenciji, a si sposoben, a bi šel,…«* (E101)).

V sklopu dela na preventivi imajo gasilci tudi **lastne metode** (*»Ja, tukaj imaš tudi svoje metode …«* (A151)). Najprej uporabijo svoje načine preventive, nato se obračajo drugam (*»Če pa pol ne bi šlo, da pa bi poiskala še drugo pomoč.«* (G109)). Za dobro pripravljenost sta potrebna **redno delo** (*»Nekako ugotoviš, ja, redno moraš delati, …«* (A171)) in **disciplina** (*»… to je sicer disciplinska reč, …«* (A172)). Ena od gasilk se je lotila **izziva skrbi zase** (*»Dost si popil vode, pa še fotko naredil enkrat dnevno, pa še en del je bil izziva.«* (A167)). Drugima dvema gasilcema se zdi najboljša metoda preventive **psihična in fizična pripravljenost na intervencijo** (*»Ja, u bistvu, da se pripraviš.«* (D81)), ki jo lahko dosežejo le z vajo (*»Tle je vse tko, kokr sm se prej izrazu, v vaji.«* (C117)). Res pa je, da se je težko pripraviti na vsako sposebno situacijo (*»Ti se ne morš na nobena situacijo prpraut, bilo kaj je, ne moreš, ker bo zmerej drugač, k si si jo zamislu.«* (C119)). Bolje je, da se pripravijo na hujši scenarij, kot ga pričakujejo (*»… pač poznam pa tako, da moraš ti, če pač veš približno, v kaj boš šel, če ti piše, ne vem, prometna nesreča, je bolj da se pripraviš na majčken hujši scenarij, kakor bi lahko bil, zato da pač si v glavi predelaš že med potjo, ko se pelješ tja, da to ne bo pač vplival nate.«* (D79)). Za eno gasilko je delo na lastni preventivi tudi **pogovor z duhovnikom** (*»… mi mamo enga duhovnika, ki je mene poročil pa moža, je boter vseh otrok pa tako. No, skratka, mislm da pri njemu tudi kadar koli bi poklicala, kar koli, bi mi pomagal.«* (G110)). Konec koncev po mnenju udeležencev v raziskavi **izkušnje** naredijo svoje (*»Največ, kar lahko sam nardiš, pa to spet iz izkušenj izhaja, to ko nimaš izkušenj, jaz nisem bil sposoben tko racionalno razmišljat, …«* (C120)). Po mnenju sodelujočih je pomembno, da se vsakodnevno poskušajo **osredotočiti le na pozitivno** (»Fokus na pozitivno.« (H91)).

4.5. PSIHOSOCIALNA PODPORA IN POMOČ

Vsi sodelujoči gasilci poznajo **vsaj eno od oblik psihosocialne podpore in pomoči**, ki jim je na voljo. V smislu **strokovne pomoči**, ki ni nudena v sklopu društva, so gasilci največkrat omenjali **psihološko pomoč** (*»Vem, da so te psihologi in to, …«* (H86)), tudi **psihoterapijo**

(*»Pol pa v bistvu vse s tem povezan, terapija.«* (C135)). Omenjali so tudi **psihiatra** (*»Jaz mislim, da definitivno pač če bi rabil, bi kot gasilec lahko dobil, ne vem, kakšno napotnico za kakšnega psihiatra ali pa karkoli, ...«* (F97)). Vedo, da so to profesionalci (*»Ja, verjetno, da so to prov ljudje, ki se s tem ukvarjajo, so pač profesionalci, se s tem ukvarjajo.«* (G114)), da je nudenje pomoči njihov poklic in da so za to izobraženi (*»Te ljudje, mislim, da je pač to njihov poklic.«* (G116)). V primeru hujše oblike stiske naj bi bili upravičeni do plačane bolniške odsotnosti z dela (*»Ja, pa vem, da imamo lahko, če pač pride do tega, da mamo težave, da smo upravičeni do nekih zdravstvenih dopustov, v smislu 100-procentno plačane bolniške.«* (C134)). Prav vsi so omenili oblike pomoči, ki so jim **na voljo znotraj društva**, predvsem **skupinski pogovor s sogasilci** (*»Se usedemo v krog, kle, k se punce preoblačmo, kej popijemo, al kkšno pivo ali kkšen sok, pa pol debatiramo o tisti situaciji, kakršna je bla.«* (G120)). Eden od sodelujočih je omenil, da je tega veliko več, odkar imajo **toliko ženskih članic** (*»Dost pomaga tudi zdej, v zadnjem času imamo veliko članic in tud mal, k nekdo o tem govori, in pač ponavad so punce tiste, ki temu povejo prve. Stopiš nasproti, mislm, se pogovarjaš. To je tudi zelo dobr.«* (C158)). Pobudo da predvsem **poveljnik ali predsednik** (*»Pol pa poveljnik vpraša, če imate kake težave, da se pogovori.«* (B145)) oziroma drugi bolj **zgovorni gasilci** (*»Ponavad ta bolj zgovorni gasilci stopijo naprej.«* (C142)). Ena od gasilk je dodala, da imajo že **dlje časa navado pogovorov** (*»Že dolg časa imajo to navado. Ta generacija, k so zdej zlo aktivni, se mi zdi, da so se pogovarjal te stvari.«* (G121)). Intervjuvanki sta omenili tudi, da opravijo **analizo intervencije** (*»... ali pa delamo analize intervenciji.«* (F108)). Gasilci so sicer omenjali, da lahko dobijo pomoč v Izobraževalnem centru na Igu (*»Amm. Bi rekla, da ziher na Centru za zaščito in reševanje.«* (H96)), pri gasilski zvezi (*»Kot gasilci pa, ne vem, po moje, da bi se preko gasilske zveze kej zmenili.«* (E89)) ter tako, da pomagajoči pride v društvo (*»Ne vem, lahko da pridejo tud sem, v gasilski dom ...«* (D91)). Vsekakor bi **informacije in morebitno pomoč iskali pri poveljniku** ali predsedniku društva (*»Ampak jaz bi šel tako pač prek poveljnika.«* (D88)), nekateri bi se informiranje iskali tudi na spletu (*»Verjetno je na kakšni spletni strani od gasilske zveze Slovenije kakšna številka, tm bi pogledala.«* (F101)). Nekateri gasilci so omenjali tudi **druge oblike pomoči**, kot na primer 24-urno psihološko pomoč na **Brigadi Ljubljana** (*»Jah, tisto, kar vem, no, je, če je kaj hujšega, imamo, itak je v Ljubljani, mislim da, ne. Je 24-urni ...«* (B131)), pomoč v sklopu **policije** (*»Mislim da, kokr sem jaz slišal, da se da s policijo neki dogovort, da pride kakšen psiholog. Zdej pa ne vem.«* (E88)) ter **zdravstva** (*»Pa tko v zdravstvenem domu tut, ane.*« (H97)).

Nihče od sodelujočih gasilcev še **ni bil deležen strokovne pomoči** izven lastnega društva, (*»Ne, nikol.«* (C161)), saj niso čutili potrebe po njej. Ena od gasilk je omenila, da ne ve, ali je kdo pri njih že sploh kdaj uporabil to (*»Lahko pa da se je že kdo posluževal v našem društvu, ampak tega ne vem, nisem nikol raziskovala.«* (G118)). Če bi nastala potreba po strokovni pomoči, **bi jo večina gasilcev uporabila** (»*Jaz mislim, da bi se. To je težko rečt, ampak mislim, da ja.«* (D102)). Sodelujoči gasilci so omenjali, da to ni prav nič sramotnega (*»Men se zdi, da to ni nč sramotnega.«* (G129)) in da pred tem ni predsodkov (*»Nimam nobenih predsodkov pred tem.«* (H107)), kar pa po njihovem mnenju ne velja za vse člane društva. Velika večina jih vseeno prisega na **medsebojno pomoč** znotraj društva (*»Ja, ja, mislim da, definitivno ja, medsebojna pomoč.«* (F125)), nekateri celo mislijo, da je ta bolj efektivna (*»Pa se mi zdi, da bi bilo to bol efektno kt pa to, da grem na strokovno pomoč, že sam iz vidika, pristopa pa pač,… bolj kolegialnosti pa prijatu je.«* (C167)). Eden je omenil, da mu je tak pogovor v društvu lažji kot sodelovanje s strokovnjakom (*»Ampak to je pač, vseen se mi zdi, da lažje tako, v društvu ali pa tako s kolegi narediš, kokr pri psihologu.«* (D97)). Sami imajo veliko željo pomagati sogasilcu (*»Tud ti, ko vidš človeka, ki ga poznaš, ti v bistvu dost blizu, ker se velik časa družimo, trpeti, mu boš hotu pomagati, ker si tak človuk, ker si pač že v osnovi takšn, ker si gasilc.«* (C144)) in tako tudi skozi pogovor predelajo izkušnje (*»En del je tukaj tudi, da lažje predelaš. To je tud res, da v bistvu se pogovoriš z ostalim, kaj smo naredil in kaj bi lahko boljše, da potem nimaš očitanja, jaz bi pa lahka neki naredu.«* (C149)). Pri tem pomaga tudi humor (*»Tukaj je pa itak bil bolj malo humor, zajebancija, saj veš, v tem smislu.«* (E118)). Vsak od gasilcev bo dobil, kar bo potreboval (*»Vedno se nardi tko, da je za vse dobro. Da vsak dobi, kar bi rabil.«* (H112)).

Intervjuvani gasilci menijo, da obstoječa pomoč zadostuje in da **ni dodatnih potreb v smislu psihosocialne podpore in pomoči** (*»Zaenkrat mi je zadost.«* (G152)), a vseeno niso popolnoma prepričani o tem (*»Ne vem, po pravic povedan, ne vem, …«* (A195)). Lahko da bo v prihodnosti nastala dodatna potreba (*»Lahko pa bo prišel trenutek, ko mi bo pa premal.«* (G126)), za sedaj pa jim pogovori v društvu zadostujejo (*»Sami velik nardimo. S temi pogovori, recimo.«* (H109)). Spet drugi bi si želeli **več pogovora o teh tematikah** (*»Tako da, ja … Pri nas, … mogoče se res ne pogovarjamo nikoli prav o tem, ampak ne vem, če pa je to za nas res neka tabu tema. Jaz mislm, da bi se bili sposobni pogovarjati oziroma …«* (F124)) in **spodbujanja h koriščenju pomoči** (*»Tud če bi doma vidli, da me to pač mori ali kakorkoli, jaz mislm, da bi me tudi doma spodbudil, da grem.«* (G128)). S tem bi uporaba dodatne pomoči postala nekaj normalnega (*»In zarad tega nisi nič slabši človek, če se zatečeš k psihologu, psihiatru,…«* (F114)). Ena od gasilk

je povedala misel, da je duševnost kakor eden od organov v telesu: *»Se mi zdi, da je naša psiha čist tko, ful podobna kot nek organ v telesu, k pač, ne vem, če si zlomiš nogo, je pač čisto isto, kakor pa če si zlomiš dušo oziroma imaš težave v glavi.«* (F113). Mladi se tega že zavedajo (*»Pri mlajših se mi trenutno itak zdi da mal, da se pač zdaj več poudarka da na duševno zdravje.«* (F123)). Drugi si tudi želijo, da bi se izvajali **pogovori z nekom, ki ni bil udeležen na intervenciji** (*»… če bi pa prišel eden iz SVC-ja (stavba, kjer deluje dom za stare in VDC, kjer so zaposleni tudi socialni delavci ipd.), ki ga tako ne poznam, mogoče na videz samo, bi midva imela po moje čist drugačen pogovor, a veš. Ker on ne zastopi gasilstva, pa bi se mrbit drugače pogovarjala, ne?«* (B154)). Med sodelujočimi prevladuje mnenje, da bi **mlajši gasilci potrebovali več podpore** zaradi svoje neizkušenosti (*»Problem je sploh pri teh, ki so kot na primer ta od P. brat. (najmlajši gasilec, ki je ravnokar začel delo v operativi op. a.)«* (B163)), kajti težka intervencija na osebi pusti posledice (*»Ja, to ti pusti. Pa čeprav bo vsak rekel, da ni, je. Čez cajt je. Kaj ti vidiš.«* (B167)).

Do koriščenja psihosocialne podpore in pomoči, tudi v sklopu pogovorov v društvu, imajo gasilci kar nekaj **zadržkov**. Nekateri menijo, da bi jih **drugi gasilci obsojali** (*»… poveš, kaj je, in potem te samo tako gleda, če si »v redu« ….«* (A75)), saj tako vidijo, da je nekdo ranjen (*»S tem takoj daš vedeti, da si ranjen.«* (C165)). Gasilci naj bi tudi zavračali potrebo po pomoči (*»En pa mogoče pa res, ga bo pa žrlo.«* (E129)). Eden misli celo, da je **strokovna pomoč manj osebna** (*»Pač tko, strokovna terapija je pa se mi zdi, da bolj tako… ne manj človeška, ampak manj osebna. Iz nekih strokovnih prijemov, ki verjamem, da delajo, samo pač …«* (C171)). Za obsojanje krivijo tudi **stereotipno mišljenje** starejših gasilcev (*»Pri starejših osebah se mi zdi, da je to ful bol, … mislm, … da vn seka.«* (F122)). Zaradi naštetega si ne bi želeli pomoči v gasilstvu, temveč **bi sami podporo poiskali drugje** (*»… verjetno ne bi šla v okviru gasilcev…«* (A180)), saj o resnejših stiskah ne želijo govoriti pred sogasilci (*»… pa da greš kle v PGD-ju neki okol razlagat …«* (A183)). O izvajanju podpore in pomoči v društvu so povedali, da je to včasih težko, saj še vedno prevladujejo **tabu teme** (*»Jim je to tabu tema. Men pa res ni.«* (G131)). Določeni gasilci so tudi **zadržani** (*»To ponavad tako izgleda, da se pač se usedemo v krog. Pa če je težka intervencija, je bl tišina.«* (C139)) in se **zapirajo vase** (*»Ker nekateri pa to mogoče gledajo s tega stališča. Pa se zapirajo, ne dajo iz sebe.«* (G130)). Sodelujoči gasilci so izrazili mnenje, da to velja predvsem za **moške** (*»Jaz mislim da, … dobr, pri gasilcih bi pač rekla, da sploh kakšen moški bi bol hitro šel v to in reku, jaz sem pa več moški, jaz imam ego, men pa ni nič, a ne, noter bi ga pa žrl.«* (F119)).

4.6. GASILSKI ZAUPNIKI

Polovica intervjuvanih gasilcev je priznala, da **ne poznajo** področja gasilskih zaupnikov (*»Tist pa po pravici povem, ne vem nič.«* (B169)), vendar pa so vsi sodelujoči povedali, da so vsaj **nekaj o tem že slišali** (*»Gasilski zaupniki … To sem tud že enkrat nek slišala.« (*G133)) oziroma **prebrali** (*»Kar sem enkrat bral, da so, kdo so, v tistem letaku, ko je bil, so gasilci pa so to dosegel.«* (B170)). Vedo, da obstajajo (*»Vem, da obstajajo. [se zasmeji]«* (F126)). Sodelujoči so omenjali, da so to **gasilci** (*»To so gasilci, kolikor vem.«* (C178)), ki imajo v **operativi poseben čin** (*»Ja, vem, k majo tudi čin v operativi, a ne?«* (C177)). Skratka, povezani so z gasilstvom (*»Ja, ne vem, verjetno so tud kaj v gasileriji, kej s tem povezani, …«* (D105)). Bili naj bi **strokovnjaki za področje psihosocialne pomoči v gasilstvu** (*»Ja, sej zih ne more bit kr nekdo to. Niso pa pač to ljudje, ki imajo neko izobrazbo oziroma pač so strokovno podkovani,…«* (F134)), čeprav je ena gasilka meni nasprotno (*»… ampak niso strokovnjaki…«* (A203)). Imeli naj bi **dežurstva** (*»Vem, da imajo dežurstva.«* (C173)), torej naj bi delovali na poziv posameznega društva (*»Ja, pač, v bistvu u smislu ... da če bi bila neka huda pizdarija, so oni, tako kot dost gasilcev, na poziv in so se primorani odzvat temu.«* (C174)). Omenjeno je bilo, da morajo imeti **opravljen poseben tečaj** (*»K majo, men se zdi, nek tečaj narjen al neki na to foro.«* (F128)), pogoj zanj pa je pet let operativnih izkušenj (*»Po moje bi bil pogoj, da si vsaj nekaj časa v operativi…? Ne vem, zih po moje vsaj 5 let.«* (F132)). Eden od gasilcev meni, da so to prav **zaposleni gasilci s šolo** (*»So tudi zaposleni, imajo svoj čin, narejeno majo gasilsko šolo, vsi.«* (C179)). Druga gasilka je omenila, da ob besedi pomisli na **socialnega delavca** (*»In bi ta socialni delavec, če ne drugega, lahko videl, da nekdo neki res rabi pomoč, …«* (A215)). Le ena od gasilk je omenila, da naj bi gasilske zaupnike imela kakšna društva (*»Po navad so v kakšnem društvu …«* (F130)). Gasilski zaupniki so, po mnenju sodelujočih gasilcev, na **voljo za pogovor** (*»Ja, so tudi za pogovor, …«* (A202)), znajo dati **nasvete iz lastnih izkušenj** (*»Pa pač glede na to, da so dali že kake podobne stvari čez, ti tud lahko iz svojih izkušenj pomagajo predelat tisto stvar, pač ti znajo dat tak nasvet.«* (D108)). Torej so to **pomagajoči gasilci** (*»Mislm, da so to gasilci, ki pomagajo drugim gasilcem, ane?«* (H115)), ki delujejo kot **zaupniki** (*»Če si prov razlagam, da je to nekdo, pač iz gasilskih vrst, komu lahko zaupaš, ker veš, da to med vama ostane oziroma da ti pomaga, ali pa karkol no, če prav razumem.«* (G135)). Nekateri sodelujoči gasilci so povedali, da so se z gasilskim zaupnikom že srečali (*»Samo enga poznam, tako kot sem reku, poznam iz Iga pač.«* (C181)), ena gasilka pa je povedala, da z gasilskim zaupnikom še ni imela stika (*»Ne, to pa res ne, ne poznam nobenega tko.«* (H116)).

Sodelujoči gasilci so navedli kar nekaj **pozitivnih vidikov** (*»Ja, sigurno je to pozitivna stvar.«* (G138)) dela gasilskega zaupnika. Nekateri so izrazili željo, da bi imeli **zaupnika v svojem društvu,** morda nekoga med svojimi (*»… bi bilo zelo zaželeno.«* (A216)), da bi lahko **vodil pogovore** (*»Da bi bil ta človek pač kot naš, pa da bi bil on tisti, ki bi vodil te pogovore, …«* (C187)). To bi pripomoglo k temu, da bi **zaupnik razumel delo na določeni intervenciji** (*»Sploh pa, na primer, če je bila skupi na intervenciji, ne, da bi vedel, kako in kaj je bilo.«* (B176)). Gasilcem bi bilo **lažje o stiskah spregovoriti z gasilcem** kot pa z drugim strokovnjakom (*»Po moje da z gasilcem.«* (E148)). Ta bi lahko **pomagal v težkih trenutkih** (*»… ampak so bol z vidika, da ti pač pomagajo v tistem ta hudem momentu, da mal k sebi prideš, oziroma da je nekdo, ki te posluša.«* (F135)). Tako bi se s pomočjo gasilskega zaupnika **izboljšalo tudi psihično stanje** gasilcev (*»Ja, pač, če bi bil res aktiven oziroma pač da bi opravljal to nalogo, ne da bi se sam z njo pač hvalu, bi definitivno pripomogu k nekemu delovanju društva oziroma pač psihičnem stanju ljudi.«* (F136)), spremenila bi se lahko mislenost gasilcev glede čustev (*»… mislm, da bi lahko tud mal mentaliteto spremenil … Glede čustev pa tega.«* (C188)). Tako bi bilo tudi **več govora o duševnem zdravju** (*»Ampak to glede samih občutkov pa mentalnega zdravja je pa dostikrat zapostavljen.«* (C193)), ki je zapostavljena tema. Gasilski zaupnik bi jim pokazal drugo perspektivo (*»Drugač pa, če bi bil nekdo drug, ki ga pač ne poznaš ,… Veš, da ima mogoče mal drugačno perspektivo na vse.«* (F141)). Sodelujoči gasilci namreč mnenijo, da pomoč vedno pride prav (*»Pač te stvari zmerej prov pridejo, saj lahko, ne vem, 10 let ne bo noben tega rabu, al pa 20, ampak enkrat se bo pa sigurno pojavla situacija, ko bi ga rabil.«* (G139)).

Poleg pozitivnih vidikov so omenili tudi kar nekaj **negativnih**. Sodelujoči so izražali skrb glede **odzivnosti drugih gasilcev** (*»Ja, vprašanje, kolk bi se ljudje odzvali na to.«* (A204)) in njihovega **interesa za pomoč** (*»Da bi bil en tle. Se mi zdi, da vseen se ne bi toliko poslužil tega, kakor bi se lahko.«* (D114)). Verjetno bi bilo marsikoga **sram** (*»… vsi pred vsemi govorimo, to pa vrjetno, da ne.«* (A211)), predvsem bolj zaprte gasilce (*»… nočejo vsi govoriti o vsem teh stvari.«* (A208)). Kar nekaj jih je omenilo tudi, da bi rajši **govorili z nepoznano osebo** (*»Ampak po mojem bolj, da bi en drug pršu. Moj mišljenje je tak.«* (E147)). Če bi bil gasilski zaupnik eden izmed njih, nekateri gasilci ne bi izkoristili pomoči (*»Ne vem. Lahko da zato, ker bi ga verjetno vsi poznali.«* (D115)). To se nanaša predvsem na individualne pogovore. Eden od gasilcev je izrazil svoj vidik, da bi bilo bolje, če bi se gasilski **zaupniki menjali med društvi** (*»Sej bi šel lahko naš v eno drugo društvo. Je pa to spet, koliko se pa kater drugmu odprl.«* (E141)). Bolje se jim zdi, da bi ob prejemanju pomoči **zamenjali okolje** (*»Ne vem, ne vem pač.*

Mislim, da če že greš za to, se pravi, da pač rabiš pomoč, je fajn tudi majčkeno, da okolico zamenjaš, ...« (D116)). Intervjuvanci vidijo problem tudi v tem, da drugi **dojemajo pomoč kot postransko dejavnost** (*»Ne vem, ker se mi zdi, da je ful to neka postranska stvar, ki jo ljudje dojemajo, da je pač to sam ... Da to rešuješ, ko maš že težave s tem, ne pa prej.«* (F139)).

Sodelujoči gasilci ne glede na vse prisegajo na **tovariško podporo** (*»... če je pa kaj takega hujšega, pa da kdo zazna, da je pač bil kdo majčken bolj čustveno prizadet, se pa pač med sabo ali zmenimo, da ga se kaj pokliče, ali pa tako, da se kaj dobimo pa ...«* (D119)). Vedno najdejo koga med seboj, komur se lahko zaupajo (*»Mislm no, čist čist uskamu ne, tem, k smo si bl blizu. S temi, k smo velik skupej, pa na intervencijah aktivni, pa tko.«* (G142)). Do sedaj naj bi se, po mnenju udeležencev v raziskavi, vse dalo rešiti znotraj društva (*»Ampak mislm, da bi se več al manj dal rešit v društvu najprej.«* (H120)).

5. RAZPRAVA

V raziskavi sem si zastavila pet raziskovalnih vprašanj. Na tem mestu bom odgovorila na zastavljena vprašanja glede na pridobljene rezultate, kar bom povezala tudi s teoretskimi ugotovitvami. Naredila bom tudi primerjavo povedanega glede na spol in čas operativne aktivnosti v PGD.

Zavedati se je treba, da je bil vzorec sodelujočih – osem prostovoljnih gasilcev PGD Litija – zelo majhen. Zaradi tega svojih rezultatov ne morem posplošiti na izbrano populacijo vseh prostovoljnih gasilcev PGD Litija, kaj šele na vsa druga društva. Vse ugotovitve v razpravi se nanašajo zgolj na vzorec raziskave in ne na vse gasilke in gasilce. Ne glede na to sem z raziskavo pridobila dragocene podatke, ki lahko koristijo kot uvid v razmišljanje gasilcev o tematiki in morebitne dileme, ki so se pojavljale v povezavi z raziskano temo. Raziskava lahko deluje kot osnova za nadaljnje raziskovanje področja psihosocialne podpore in pomoči za gasilce.

5.1. Kaj so za prostovoljne gasilce najbolj zahtevne intervencije in kako jih doživljajo?

Za sodelujoče prostovoljne gasilce so s psihičnega vidika najzahtevnejše intervencije prometne nesreče, nesreče poznanih oseb, nesreče s smrtnim izidom, stik s ponesrečenci in intervencije, na katerih morajo oživljati. V tem delu iz vzorca ni razvidno, da bi med starejšimi in mlajšimi gasilci (glede na leta operativnega delovanja) ter glede na spol katera vrsta najzahtevnejših intervencij izstopala. Rezultati izvedene raziskave so zelo podobni raziskavam med slovenskimi reševalci (Svetina, Tušak, Masten in Tušak, 2007; Novak, 2008; Terdič, 2008), ki so prav tako omenjali, da jim stisko predstavlja delo s ponesrečenci, smrtni izid, nesreča bližnjih oseb ter otrok (Lavrič in Štirn, 2016, str. 90). Ena od mlajših gasilk je omenjala tudi, da vidi psihično zahtevnost v reševanju zgorele osebe, posredovanju, kadar so udeleženi motoristi, iskanju pogrešanih oseb ter posredovanju ob samomorih. Tudi avtorici Lavrič in Štirn (2016, str. 93) ugotavljata, da so za gasilce najzahtevnejše tiste intervencije, ki so povezane s samomorom, ter tudi tiste, pri katerih gre za oživljanje žrtve, kar je bilo omenjeno že v besedilu zgoraj. Kot fizično zahtevna intervencija je bil največkrat omenjen požar, nato še tehnično reševanje in uporaba IDA. Večjo zahtevnost požara sta omenjali predvsem dve starejši gasilki, tehnično reševanje pa dva mlajša gasilca. Uporaba IDA je zahtevnejša za gasilki ženskega spola. Eden od mlajših gasilcev je omenil, da mu fizično zahtevnost predstavlja vsaka

intervencija, saj je na vsaki delo zelo različno. Ena od starejših gasilk je povedala, da prometne nesreče zanjo sploh ne predstavljajo večje zahtevnosti.

Iz opisov posameznih intervencij, ki so jih podali intervjuvanci, je mogoče razbrati, da so vsi gasilci opisali vsaj eno od intervencij s smrtnim izidom, ki zanje očitno predstavljajo največjo zahtevnost in si jih tudi najbolj zapomnijo. Tudi avtorica Bucik Ozebek (2016) pravi, da nesreče s smrtnim izidom predstavljajo največji stres za vse udeležence. Sedem od osmih gasilcev je tako opisalo prometno nesrečo. Kar trije mlajši gasilci so celo opisovali isto prometno nesrečo. Štirje gasilci, od tega so bile kar tri gasilke, so pripovedovali tudi o intervenciji, pri kateri je bilo prisotno oživljanje. Štirje gasilci, od njih trije moški, so opisali intervencijo, pri kateri je oseba zgorela v požaru. Tri od štirih gasilk so pri opisu govorile o intervencijah, ko so bili v nesreči udeleženi otroci in so ob tem doživljale največjo stisko. Trije od štirih gasilcev so opisali tudi intervencije tehnične narave. Glede na čas operativne aktivnosti pri opisih intervencij v vzorcu ni razlike. Kot največjo oteževalno okoliščino so gasilci, sodelujoči v raziskavi, omenjali prisotnost svojcev udeleženih v nesreči in delo z njimi. To so omenjale predvsem gasilke in en mlajši gasilec. Za dva mlajša gasilca je oteževalna okoliščina tudi, če so prisotni otroci. Enemu od starejših gasilcev največjo težavo povzroča to, da mimoidoči snemajo dogajanje, saj tako nastanejo dokazi o delu, kar je lahko problematično, ko pride do napak. Trem gasilcem otežuje delo tudi nepoznavanje okoliščin nesreče.

V raziskavi sodelujoči gasilci ob intervenciji občutijo predvsem višjo raven adrenalina, o čemer so govorile pretežno gasilke. Prisotni so tudi občutek nemoči, šok, žalost, panika, torej težki in intenzivni občutki. Navedeni občutki, predvsem žalost in oblike nemira, so znaki škodljivega stresa, zato ni odveč pozornost pri času trajanja občutka in intenzivnosti (Božič, 2003, str. 20–22). Prva faza odziva na travmatični dogodek je šok, ki lahko traja nekaj minut ali več dni (Lavrič in Štirn, 2016, str. 29). Za travmatično izkušnjo je značilna tudi nemoč (Skušek, 2017, str. 208). Intervjuvancem je hudo za udeležene ljudi, o dogodkih veliko premišljujejo. Na tem mestu v vzorcu ni razvidna razlika pri opisih glede na spol in leta operativne aktivnosti. Kot pravi Polič (1994a, str. 24–26), je soočanje z nesrečo in njenimi posledicami lažje, če smo nanjo pripravljeni, tako s tehničnega kot tudi s psihičnega vidika. Ne glede na pripravljenost pa lahko to na prvih posredovalcih pusti velike posledice. Dva gasilca, eden mlajši in eden starejši, sta povedala, da nimata posebnih občutkov ob intervenciji, kar oba povezujeta s svojimi osebnostnimi lastnostmi. O tem govorita tudi Polič in Kranjčec (2001, str. 411), ki pravita, da na odziv gasilcev lahko vplivajo osebnostne lastnosti, kot so na primer spol, starost in izkušnje posameznika. Pravita tudi, da je večja čustvena stiska opažena pri ljudeh, ki so mlajši in

neizkušeni, ne glede na to pa lahko težka izkušnja povzroči psihične posledice vsakomur. Dva mlajša gasilca, udeležena v raziskavi, sta povedala, da v začetku še nista imela izkušenj za spopadanje z občutki ob intervenciji, kar lahko pripelje do ranjenosti. Enemu od njiju je pomagalo, da si je ustvaril »preklop v glavi«, da ko obleče gasilsko obleko, situacije dojema drugače, izklopi občutke. Tako naj bi, po mnenju sodelujočih v raziskavi, delovali vsi gasilci v društvu, saj, kakor je povedal, dobro vedo, zakaj nosijo gasilsko obleko. Na tem mestu bi lahko potegnili vzporednico s »sindromom uniformiranih uslužbencev«, kar pomeni, da predvsem prvi posredovalci med svojim delom občutijo strah pred izražanjem čustev in šibkosti, zato lahko zanikajo stres in zavračajo psihosocialno pomoč (Snoj Hrustek, 2016).

Po opravljeni intervenciji se gasilci, sodelujoči v raziskavi, radi zaposlijo z drugimi dejavnostmi, zamenjajo okolje in si zapolnijo dan, da ne razmišljajo o dogodku. Radi se pogovarjajo s sogasilci ali sodelavci, kar pa ne velja za enega od starejših gasilcev, ki o dogodku ne želi govoriti z neudeleženimi osebami. Ne glede na to, se o tematiki neradi pogovarjajo predolgo. Zgodi se jim tudi, da po intervenciji pri sebi premlevajo dogodke, kar so večkrat omenjali starejši gasilci. Starejša gasilka je omenila, da ji pomagajo verski običaji, udeležba na pogrebu in pri maši za umrlega v nesreči, predvsem če je osebo poznala. Še vedno se jim pojavljajo najrazličnejši občutki, kot so žalost, otožnost, prizadetost, tudi topi občutki, kot so po večini opisovali mlajši gasilci. Ti občutki se po mnenju enega mlajših gasilcev sčasoma le še poglabljajo. Tudi enemu od starejših gasilcev je po navadi prvi dan zelo težko. Ena od starejših gasilk je omenila, da ji je bilo težje ob začetku operativne poti. Po izvedeni intervenciji se začne predelava izkušnje. To je tudi tretja faza soočanja s travmatičnim dogodkom, ko se stvari začnejo umirjati in pride so sprejetja dogodka (Lavrič in Štirn, 2016, str. 30). Trije gasilci, od tega dva starejša, so povedali, da tudi po intervenciji nimajo nobenih težav.

Ko gasilci, sodelujoči v raziskavi, danes pogledajo nazaj na zanje najzahtevnejše intervencije, jih večina pove, da so izkušnjo predelali. S tem nimajo več težav, brez problema tudi govorijo o preteklih dogodkih. Sicer se včasih še spomnijo na dogodek ob podobni situaciji, a jih to ne spravlja v stisko. Na tem mestu se je treba dodati, da se težave pri doživljanju in stiske lahko pojavijo kasneje, kot spomin na dogodek (Lavrič in Štirn, 2016, str. 16), zato moramo biti ob prekomernem spominjanju vseeno pazljivi. Mlajši gasilec je povedal, da mu za nekatere intervencije še danes ni vseeno, da rane ostanejo sveže ter da se težke izkušnje seštevajo. Ob nedavni intervenciji se je spomnil na preteklo in to mu je pustilo zelo slabe občutke, zato te občutke rad izklopi. To verjetno pomeni, da faza zanikanja in podoživljanja, ki je druga faza odziva na travmatični dogodek, še ni zaključena. Za to stanje je značilno, da nas spomin na

travmatični dogodek ali doživetje podobnega dogodka spet vrže s tira (Lavrič in Štirn, 2016, str. 30). Podoživljanje je lahko tudi le običajen odziv na travmatični dogodek, ko se doživljanje ponavlja ob situaciji, ki spominja na pretekli dogodek (Musek, 1994a, str. 39). Tudi ena od mlajših gasilk je priznala, da ji ni bilo ravno prijetno, ko je podrobno opisovala pretekle intervencije. Starejši gasilci, ki so bili udeleženi v raziskavi, so omenili, da sčasoma postaneš »tak človek«, da lažje predeluješ težke izkušnje in pridobiš »trdo kožo«. Musek (1994b, str. 32) pravi, da je za konstruktivno vedenje ob katastrofalni situaciji pomembna tudi osebna čvrstost. Ta se vsekakor razvije sčasoma in z izkušnjami, kar se kaže pri starejših, izkušenih gasilcih, sodelujočih v raziskavi.

Iz opisov posameznih intervjuvancev je mogoče razbrati, da je za vse najzahtevnejša intervencija predvsem tista, povezana s smrtjo in udeleženimi ljudmi. Take intervencije doživljajo zelo različno; težki občutki po intervenciji bolj so prisotni predvsem pri mlajših gasilcih in ženskah. Opaziti je, da se starejši intervjuvanci lažje soočajo z lastnim doživljanjem, za kar so vsekakor odgovorna leta izkušenj z gasilstvom. Tudi z opazovanjem sodelujočih med intervjuji sem ugotovila, da so starejši gasilci nastopili bolj suvereno in brez zadržkov opisovali svoje občutke in izkušnje z intervencij. Opaziti je bilo moč tudi, da so ženske intervjuvanke več govorile o svojih občutkih, moški pa so po večini bolj izražali svojo trdnost ter da s soočanjem nimajo težav. Zdelo se mi je, da ne želijo izpasti šibki. To verjetno izhaja tudi iz družbenih pričakovanj glede na spol, saj naj bi bilo za ženske sprejemljivejše izražati čustva, moški pa naj ne bi kazali svojih čustev in naj bi bili močni, tako psihično kot fizično.

5.2. Kako si prostovoljni gasilci sami pomagajo ob travmatičnih dogodkih ob intervencijah?

Gasilci, vključeni v raziskavo, si v stresnih situacijah in po travmatičnih dogodkih pomagajo z glasbo, športom, zaposlitvijo z drugimi dejavnostmi, pogovorom in prisotnostjo v družbi. Glasbo so več omenjale ženske, šport pa moški intervjuvanci. Takšne prostočasne dejavnosti so jim v pomoč pri lažjem premagovanju travmatičnih izkušenj v kritičnih situacijah (Khan idr., 2018, str. 281). Pogovora s sogasilci se več udeležujejo moški, pogovora v družbi s prijatelji mlajši gasilci in pogovora s partnerjem ali družino skoraj vsi udeleženi v raziskavi. Močan podporni sistem, ki ga sestavljajo bližnji, je zelo pomemben za obvladovanje težkih trenutkov. Dobri socialni odnosi pozitivno vplivajo na soočanje s stresom (Rakovec Felser, 2002, str. 98). Prisotnost v družbi in zabavo imata rada dva starejša gasilca. Humor je pomemben dejavnik

zmanjševanja napetosti in posledično stresa. Deluje razbremenilno in nas enostavno spravi v boljšo voljo (Polič in Kranjčec, 2001, str. 413). Eni od starejših gasilk pomaga tudi molitev. Simonič in drugi (2007, str. 262–263) pravijo, da je dober vir pomoči za nekatere, saj da človeku oporo in upanje ter nov zagon za delo. Nekateri posegajo tudi po načinih, ki veljajo za manj konstruktivne, kot so prekomerno premišljevanje, prestavljanje soočanja in preklinjanje. Te so omenjali dva mlajša gasilca in ena starejša gasilka, vključeni v raziskavo. Eden od starejših gasilcev je omenil tudi, da pozna primere, ko drugi utapljajo svoje občutke v alkoholu. Ne glede na vse pa je ključnega pomena, da vsak posameznik prevzame odgovornost za obvladovanje stresa in deluje v smeri samozaščitnega vedenja (Kos Berlak in Majer, 2023, str. 31–33).

Med intervencijo so gasilci, ki so sodelovali v raziskavi, pod vplivom adrenalina, kar jih motivira za delo. O tem sta poročali predvsem dve mlajši intervjuvanki. Večina jih še ni doživela trenutka, da bi med intervencijo »zamrznili« zaradi težkih okoliščin in lastnih občutkov. Osredotočajo se na lastne naloge in sledenje navodilom. O tem pričajo tudi raziskave, ki govorijo, da naj bi bilo za prve posredovalce značilno, da potlačijo svoja čustva in se osredotočajo zgolj na delo (Šešok, 1998, str. 222). Starejša gasilka in mlajši gasilec sta opisala trenutke, ko sta med intervencijo »zamrznila«. Pri sodelujoči gasilki je do tega prišlo zaradi čustvene vpletenosti v intervencijo, pri gasilcu pa zaradi neizkušenosti. Prav tako je tretja, mlajša gasilka, opisala trenutek, ki se je sicer zgodil po intervenciji, ko so vsi prisotni gasilci strmeli v prazno, ko so dojeli žalost in težno nesreče, ki se je zgodila. To bi lahko pomenilo, da se je sprožil mehanizem preživetja, in sicer zamrznitev. Zgodi se v trenutkih, ko ne vemo, kako bi odreagirali, in se predamo; to je zadnja možnost preživetja, ki sicer velja za nekonstruktivno (Lavrič in Štirn, 2016, str. 26). V takih trenutkih najbolj pomaga, da še enkrat premislijo, preden ukrepajo, stopijo korak nazaj in zadihajo. Pomaga jim tudi, da v tistem trenutku odmislijo težke občutke, počakajo, da situacija mine, ali celo prepustijo delo drugemu. Te načine so po večini opisovali mlajši intervjuvanci. Predvsem mlajši gasilci, sodelujoči v raziskavi, se zavedajo tega, da če v takih težkih trenutkih ne odreagirajo pravilno, lahko škodujejo sebi ali drugim. Omenili so tudi, da jim je sčasoma lažje, intervencije postanejo navada in rutina. Veliko pomaga tudi delo na vajah in zaupanje sogasilcem, ki se razvije z rednim sodelovanjem. Težava lahko nastane, ko se gasilci med intervencijo ne počutijo učinkovite ali celo naredijo kakšno napako, kar privede do občutka krivde ali sramu. Tako lahko nastane tudi osebna kriza (Lavrič, 2011, str. 303). O tem sodelujoči gasilci niso poročali.

Med izvajanjem intervjujev sem ugotovila, da večina udeleženih gasilcev omenjenih tehnik samopomoči za razbremenitev ne uporablja namensko. To so po večini stvari, ki jih počenjajo vsak dan za premagovanje stresa, ki ni vedno povezan z intervencijami. Pri nekaterih sem morala postaviti kar nekaj usmerjevalnih podvprašanj, da so opisali svoje načine samopomoči. Konkretnejših tehnik sproščanja, kot so dihalne vaje ali samomasaža, ne uporabljajo, niti med intervencijo. Po načinu odgovora na vprašanje o morebitnih trenutkih zamrznitve sem predvsem pri moških dobila občutek, da niso želeli poročati o teh trenutkih, tudi če bi obstajali, saj bi lahko izpadli šibki.

5.3. Kakšna je preventiva prostovoljnih gasilcev pred posledicami udeleženosti na zahtevnih intervencijah?

O strokovni pomoči v smislu preventive pred posledicami udeleženosti na intervencijah (v nadaljevanju preventiva) sodelujoči gasilci vedo zelo malo. Le dva mlajša intervjuvanca sta omenila, da je na voljo pomoč. Starejši gasilec je povedal, da se o preventivi govori šele nekaj let. Če bi potrebovali kakšne informacije, bi se obrnili na poveljnika. Eden od starejši gasilcev meni, da bi to tako ali tako moral urejati poveljnik in obveščati ostale. Dva v raziskavi udeležena gasilca sta tudi omenila, da bi se obrnila na druge ustanove, kot sta policija ali zdravstvo. Ugotovitve so nekoliko zaskrbljujoče, saj je preventiva po mnenju Khana in drugih (2018, str. 281) izjemnega pomena za zaščito gasilcev pred posledicami travmatičnih dogodkov. To pomeni tudi poznavanje sebe ter znanje o odzivih ob stresnih situacijah.

O preventivnih programih, ki so na voljo gasilcem, sodelujoči ne vedo ničesar. V sklopu Izobraževalnega centra na Igu imajo sicer na voljo programe, ki se osredotočajo na pripravljenost ob stresnih dogodkih ter učijo tehnik sproščanja (Lavrič, 2014, str. 38; Lavrič in Štirn, 2016, str. 95). O tem se ne pogovarjajo, nihče jih ne informira. Mlajši intervjuvani gasilec je omenil le, da se mu zdi, da so o tem nekaj povedali na različnih tečajih, a kaj konkretnejšega ni vedel. Le ena mlajša gasilka je izrazila, da se ji zdi, da verjetno obstajajo kakšni tečaji, na katerih se gasilci izobražujejo za preventivo. Na voljo jim je tudi aplikacija Stres, s pomočjo katere lahko prepoznavajo lastno izčrpanost (Lavrič, Kos Berlak in Majer, 2023, str. 30).

Sodelujoči gasilci v sklopu preventive uporabljajo nekaj oblik pomoči v društvu. Omenjali so pogovor in različne oblike medsebojne pomoči. Štirje gasilci, sodelujoči v raziskavi, so govorili o tem, da po težkih intervencijah večkrat ostanejo v gasilskem domu in se pogovorijo o delu, kar deluje tudi preventivno za nadaljnje delo. O tem so govorili pretežno moški, ki so bili

udeleženi v raziskavi. Mlajša gasilka je govorila o medsebojni pomoči, torej da se med seboj večkrat vprašajo, ali kdo kaj potrebuje, in si tako nudijo podporo. Seveda pa je na vsakemu posamezniku, da poskrbi zase. Tudi medsebojna pomoč je dobra varovalka pri delu gasilcev, da drug pri drugem prepoznajo znake stresa in izčrpanosti ter jih izpostavijo (Lavrič in Štirn, 2016, str. 103–104).

Nekateri sodelujoči gasilci imajo lastne metode preventive. Ena od mlajših gasilk meni, da sta potrebna redno delo in disciplina. Za dva mlajša gasilca je oblika preventive tudi dobra pripravljenost v smislu rednih vaj in izkušenj, vendar je težko biti pripravljen na vsako nepredvidljivo situacijo. To je vsekakor dobra preventivna tehnika, saj tako psihična kot fizična pripravljenost gasilcev igra veliko vlogo pri njihovem delu. S tem se zagotavlja lastna varnost in varnost drugih. Prehitra izčrpanost in nepripravljenost povzroči slabo delovanje ter posledično ključne napake med delom (Smajla in Sašek, 2024, str. 39). Ko je na intervenciji prisoten kaos, je ključnega pomena to, da so gasilci fleksibilni in znajo sodelovati na vseh ravneh dela (Lavrič in Štirn, 2016, str. 103–104). Ena od starejših intervjuvank za svojo preventivo poskrbi s pogovori z duhovnikom, za mlajšo gasilko pa je preventiva to, da se osredotoča na pozitivno plat dela.

Med izvajanjem intervjujev je bilo opaziti, da gasilci, udeleženi v raziskavi, ne ločijo med preventivo in nudenjem psihosocialne podpore in pomoči kot kurativo. Ko sem postavila vprašanje, kakšne oblike preventivne pomoči poznajo, jih je velika večina že začelo govoriti o psihosocialni podpori in pomoči. Zaradi tega sem morala postaviti kar nekaj usmerjevalnih vprašanj in razložiti pomen besede preventiva (v smislu preventive pred posledicami udeležbe na intervencijah), da so začeli razmišljati v pravo smer. Jasno je bilo opaziti tudi, da tematiki ne posvečajo pozornosti niti jih kaj dosti ne zanima.

5.4. Kakšne psihosocialne podpore in pomoči so prostovoljni gasilci deležni in kaj bi še potrebovali?

Vsi sodelujoči gasilci poznajo vsaj eno od oblik psihosocialne podpore in pomoči, ki jim je na voljo. Največkrat so omenili psihološko pomoč, ki jo nudijo psiholog, psihoterapevt ali psihiater. O tem so govorili trije gasilci in tri gasilke, natančneje pri moških dva mlajša gasilca in pri ženskah dve starejši gasilki, udeleženi v raziskavi. Omenjeno je bilo tudi, da so lahko zaradi potrebe po pomoči upravičeni do bolniške odsotnosti z dela. Opisi zajemajo tretjo stopnjo pomoči, pomoč zunaj organizacije, ki jo nudijo strokovno usposobljeni psihologi in drugi

strokovnjaki. To je tudi zadnja stopnja psihosocialne pomoči prvim posredovalcem (Lavrič in Štirn, 2016, str. 91; Lavrič, 2022, str. 382–383). Kot obliko pomoči, ki je na voljo v sklopu društva, so navajali skupinski pogovor s sogasilci. O tem je poročalo vseh osem intervjuvancev. Ko se vrnejo s težje intervencije, se vsi sodelujoči za nekaj časa usedejo v gasilskem domu in poročajo o dogajanju. Ob tem tudi kaj popijejo ali pojedo. Pobudniki teh pogovorov so predsednik in poveljnik ter drugi zgovornejši gasilci, predvsem tudi članice. Eden od mlajših intervjuvancev je opazil, da odkar je v društvu toliko gasilk, več govorijo o svojem počutju in čustvih. Pogovori znotraj društva sodijo v drugo stopnjo psihosocialne podpore in pomoči gasilcem kot pomoč znotraj organizacije. Gre za razbremenilne pogovore, za katere bi bilo najbolje, če bi jih vodila usposobljena oseba, na primer gasilski zaupnik. V to kategorijo spadajo tudi analize intervencije (Lavrič, 2022, str. 382–383). V sklopu razbremenilnega pogovora, ki mora biti izveden pred odhodom domov, naj bi udeleženi poročali o svojih občutkih ter dobili navodila za nadaljnje postopanje (Sešok, 1997, str. 299). V primeru, da bi potrebovali psihosocialno pomoč, bi se štirje gasilci obrnili na poveljnika ali predsednika, saj menijo, da imata onadva na voljo stike in informacije. O tem so poročali dva mlajša gasilca in dve starejši gasilki, udeleženi v raziskavi. Dva mlajša gasilca bi znala informacije poiskati tudi na spletu. Dve gasilki sta omenili, da redno delajo analize intervencij, predvsem ko gre za zahtevnejšo intervencijo. Dva starejša intervjuvanca sta omenila, da verjetno obstaja kakšna pomoč gasilske zveze ali Izobraževalnega centra na Igu. Nekateri sodelujoči so omenili tudi druge oblike pomoči, kot so na primer 24-urna psihološka pomoč v sklopu Gasilske Brigade Ljubljana, policijski psiholog ali pomoč v zdravstvenem domu. Krizna linija za podporo deluje v sklopu policije in Slovenske vojske, pri kateri so na voljo za pogovor psihologi (Lavrič in Štirn, 2016, str. 120).

Nihče od sodelujočih gasilcev še ni bil deležen strokovne psihosocialne podpore in pomoči, vsi pa so bili že del skupinskega pogovora v društvu. V primeru, da bi začutili potrebo po strokovni pomoči, bi jo pet udeleženih gasilcev uporabilo. To so povedali trije mlajši gasilci in dve starejši gasilki. Ne glede na to, sodelujoči gasilci prisegajo na medsebojno pomoč znotraj društva. Ta naj bi bila po mnenju dveh mlajših gasilcev celo učinkovitejša. Medsebojno pomoč bi lahko uvrstili v drugo stopnjo psihosocialne podore in pomoči, kot svetovanje med sodelavci in razvijanje podpore ter druženja (Lavrič, 2012, str. 5–6). Dva starejša gasilca sta povedala, da včasih hiter pogovor opravijo tudi že med intervencijo. Kasneje se v pogovoru ne želita več vračati k tematiki intervencije, rajši zamenjata temo, da čim hitreje predelata izkušnjo. Tudi tak pogovor spada v drugo stopnjo – kot kratek razbremenilni pogovor po dogodku, katerega namen

je normalizacija (Lavrič, 2012, str. 5–6). Druga, starejša gasilka je povedala, da bo ne glede na vse vsak dobil, kar bo potreboval. Soočanje s težko izkušnjo vsekakor vpliva na nas, zato je dobro, da imamo razvite strategije za soočanje. Najprimernejša načini sta pogovor z zaupno osebo ali izvajanje aktivnosti, pri katerih se počutimo dobro. Primeren način je tudi pisanje dnevnika. V primeru, da težave ne zmoremo predelati sami, je nujno, da poiščemo strokovno pomoč ter se ne zapiramo vase (Svetina, 2007; Lavrič in Štirn, 2016, str. 64–65). V prvi vrsti sta pomembni preventiva in samopomoč (prva stopnja pomoči), ki jo posameznik udejanja, da bi lajšal posledice travmatičnega dogodka, nato pa pride na vrsto morebitna potreba po strokovni psihosocialni pomoči (Lavrič, 2014, str. 36–38).

Pet intervjuvancev, od tega trije starejši gasilci, meni, da dodatne potrebe po psihosocialni podpori in pomoči ne obstajajo. Eden od starejših gasilcev je povedal, da bi si želel več pogovora o tematiki psihosocialne pomoči. Tudi mlajša gasilka si želi, da bi uporaba pomoči bolj spodbujala. Tako bi prišlo do normalizacije pomoči in morebitni zadržki ali stereotipi bi izginjali. Drugi, starejši gasilec je povedal, da bi si želel, da bi bila na voljo pomoč neudeleženega na intervenciji. Govoril je tudi o tem, da bi verjetno gasilci začetniki, najmlajši v operativi, potrebovali več pomoči, saj težka intervencija pusti posledice. Starejša gasilka je omenila, da če bi v prihodnosti nastala dodatna potreba, bi gotovo naredili drugačno ureditev nudenja pomoči. Za zdaj to, kar imajo, torej pogovori v društvu, deluje. Pomembno je, da je prvim posredovalcem na voljo brezpogojna pomoč, za katero ni treba prositi in pojasnjevati (Čačinovič Vogrinčič, 1994, str. 73), kar pa, se mi zdi, sodelujoči gasilci dobijo v sklopu medsebojne pomoči. Štirje intervjuvanci svoje stiske rajši predelajo sami; zanašajo se na lastne načine pomoči, ki pa jih niso podrobneje definirali. Tudi Sešok (1997, str. 296) govori o tem, da se posamezniki v večini primerov s posledicami spopadejo sami, bolj ali manj uspešno. Če so neuspešni pri predelavi, se to hitro začne kazati v njihovem osebnem življenju.

Omenjenih je bilo tudi nekaj zadržkov, zaradi katerih sodelujoči gasilci ne uporabljajo psihosocialne podpore in pomoči. Če bi pomoč v smislu individualnega pogovora nudil nekdo v društvu, se jim zdi, da bi jih ostali gasilci obsojali, če bi se preveč odprli in podelili svoje doživljanje. To sta omenila dva mlajša gasilca, udeležena v raziskavi. Zaradi tega kar nekaj sodelujočih gasilcev ne bi uporabilo pomoči v sklopu društva, temveč bi podporo poiskali sami, da drugi ne bi vedeli za to. O tem sta največ govorila mlajša gasilka in starejši gasilec. Gasilci imajo vso pravico do koriščenja pomoči drugod, čeprav se pričakuje, naj bi najprej uporabili pomoči znotraj društva. Tako pomoč po navadi izvaja psiholog, ki je v nujnih primerih dosegljiv na številko 112 (Lavrič in Štirn, 2016, str. 119–120). Dva starejša intervjuvanca sta povedala,

da nekateri zavračajo pomoč iz neznanih razlogov. Tudi iz literature izhaja, da veliko prvih posredovalcev ne uporablja pomoči, saj si ne upajo priznati, da jo potrebujejo, da ne bi izpadli nemočni ali šibki (Sešok, 1997, str. 296). Eden od mlajših gasilcev tudi meni, da je strokovna pomoč manj osebna, mlajša gasilka pa je povedala, da še vedno prevladuje stereotipno mišljenje starejših o prejemanju pomoči. Težava so tudi tabu teme, torej da gasilci ne želijo spregovoriti o določenih tematikah, kot je na primer samomor ali sama uporaba pomoči. Določeni gasilci v društvu so po mnenju udeleženih v raziskavi bolj zadržani in jim ni preveč do tega, da bi govorili o svojih občutkih. V zvezi s tem sta bili omenjeni predvsem moška zadržanost in njihova nezmožnost osredotočanja na lastna čustva. O tem so govorili štirje intervjuvanci, od tega trije mlajši. Četrti je bil starejši gasilec, ki je povedal, da zanj to velja, vendar se mu to ne zdi v redu.

V pogovorih s sodelujočimi gasilci je bilo mogoče opaziti, da so nekoliko neodločeni o načinu uporabe pomoči. Vsi so govorili o tem, kako jim pomaga pogovor znotraj društva in da ga opravljajo redno, če bi potrebovali kaj več, pa jih večina ne bi uporabila pomoči znotraj društva, da ne bi bili obsojani. Rajši bi odšli drugam, da sogasilci ne bi vedeli, da so bili deležni dodatne strokovne pomoči. Dobila sem občutek, da je koriščenje pomoči še vedno postranska tema in da jo vidijo kot osebno nemoč, ne pa kot nekaj pozitivnega. To bi rekla predvsem za sodelujoče moške gasilce. Nihče od gasilcev ne pozna sistema nudenja pomoči prvim posredovalcem in različnih stopenj. Videti je, da so neozaveščeni o tem, vedo pa vsaj, da če bi kdo potreboval pomoč, bi lahko dobil informacije pri poveljniku ali predsedniku.

5.5. Kako prostovoljni gasilci doživljajo vlogo gasilskih zaupnikov in kakšne izkušnje imajo s sodelovanjem z njimi?

Polovica sodelujočih gasilcev ne pozna področja gasilskih zaupnikov, vsi udeleženi pa so povedali, da so vsaj nekaj o tem slišali ali prebrali. Po večini poznajo le izraz, ne pa tudi, kaj točno pomeni. Pri opisovanju gasilskih zaupnikov so govorili o tem, da so to običajni gasilci, ki imajo poseben čin in so usposobljeni za nudenje neke vrste pomoči. Da nekdo postane gasilski zaupnik, mora opraviti tečaj, le ena mlajša gasila pa je vedela tudi, da je pogoj za to pet let operativnih izkušenj. To pa ni edini pogoj, namreč gasilski zaupnik mora biti star najmanj trideset let in imeti razvite veščine aktivnega poslušanja ter empatijo (Lavrič, 2022, str. 384). Po besedah gasilcev so na voljo za pogovor in znajo dajati nasvete iz lastnih izkušenj. Avtorici Lavrič in Štirn (2016, str. 111) pravita, da je prednost gasilskih zaupnikov, da zaradi svojih

izkušenj znajo dobro svetovati sogasilcem, pri katerih naj bi uživali tudi ugled. Skratka, to so, po mnenju sodelujočih, pomagajoči gasilci. Tako so predvsem mlajši gasilci opisovali gasilskega zaupnika in njegovo delo. Eno od mlajših gasilk je besedna zveza gasilski zaupnik celo spomnila na socialnega delavca.

Nihče od sodelujočih še ni imel izkušnje z gasilskim zaupnikom. Eden od mlajših gasilcev je omenil zgolj to, da je spoznal enega v Izobraževalnem centru na Igu. Ne vedo niti, ali obstajajo gasilski zaupniki v njihovi gasilski zvezi.

Gasilci, udeleženi v raziskavi, vidijo kar nekaj pozitivnih vidikov dela gasilskega zaupnika. Omenjali so, da bi bil to lahko nek njihov notranji gasilec, ki bi vodil pogovore v društvu. Tako bi jih tudi razumel v njihovi stiski na določeni intervenciji. Veliko lažje bi jim bilo tudi spregovoriti o težavah z gasilcem kot pa, na primer, s pomagajočim, ki gasilstva ne pozna. S pomočjo gasilskega zaupnika bi se tudi, po mnenju intervjuvancev, izboljšalo psihično stanje gasilcev v društvu in na sploh bi se več pogovarjali o duševnem zdravju. Tako bi imeli pomagajočega na dosegu roke, da bi pomagal v hudih trenutkih. To je tudi ena glavnih prednosti zaupnikov, da nudijo psihološko pomoč timu sodelavcev takoj po dogodku (Lavrič in Štirn, 2016, str. 111). O pozitivnih vidikih so pretežno govorili mlajši gasilci, dva starejša gasilca pa sta omenila le lažji pogovor z gasilcem kot drugimi.

Omenjenih je bilo tudi nekaj negativnih vidikov. Sodelujoči menijo, da veliko gasilcev v društvu vseeno ne bi koristilo pomoči, ki bi bila na voljo; zanimanje bi bilo majhno. Po njihovem mnenju bi jih bilo sram. Na pomoč torej še vedno gledajo kot na nekaj postranskega pomena. Omenjeno je bilo tudi, da vidijo zadržek v tem, da bi svoja čustva izlili poznanemu gasilcu. O negativnih vidikih so poročali pretežno mlajši intervjuvanci, več njihovih navedb kot pri pozitivnih vidikih pa je bilo tudi pri starejših gasilcih. Ideja enega starejših gasilcev, udeleženega v raziskavi, je bila, da bi se zaupniki izmenjavali med društvi. Ideja nikakor ni napačna, saj naj bi imela vsaka gasilska regija tri zaupnike, ki bi hodili v pripadajoča društva, še bolje pa bi bilo, da bi vsako društvo imelo svojega (Anžur, 2023, str. 32).

Vseeno so intervjuvanci povedali, da jim več pomeni tovariška pomoč, torej da si med seboj prisluhnejo. Vsak si najde nekoga, ki ga bo razumel in mu pomagal. Do sedaj so tako rešili še vsako stisko. O tovariški pomoči so govorile predvsem sodelujoče gasilke.

Pri teh rezultatih se mi zdijo pripovedi gasilcev, udeleženih v raziskavi, zelo protislovne. Po eni strani so govorili o tem, kako bi gasilski zaupnik v društvu prinesel veliko pozitivnega, po drugi strani pa se jih večina ne bi pogovarjala z njim, saj je gasilski zaupnik v društvu v večini

primerov eden od notranjih gasilcev. Neodločeni so o tem, ali bi rajši govorili z nekom, ki je gasilec, ali zunanjo pomagajočo osebo, ki ni povezana z gasilstvom. Ob koncu so omenjali, koliko jim pomeni tovariška pomoč. Zadržek je torej le ta, da se v enem primeru nudenju pomoči reče »formalna pomoč« gasilskega zaupnika, kar nekaterim ne ustreza, v drugem primeru pa tovariška, »neformalna« pomoč, pri kateri se še vedno zaupajo drug drugemu, ampak očitno po lastni izbiri.

6. SKLEPI

Z izvedeno analizo pridobljenih podatkov sem prišla do naslednjih sklepov in ugotovitev:

- Najzahtevnejše intervencije za sodelujoče prostovoljne gasilce PGD Litija so prometne nesreče, nesreča poznane osebe, nesreča s smrtnim izidom, pomoč ponesrečencem ter oživljanje.
- Sodelujoči gasilci najzahtevnejše intervencije doživljajo zelo različno. Po večini so v ospredju adrenalin, občutek nemoči, šok, panika in žalost, skratka težki in neprijetni občutki. Nekateri gasilci povedo, da zaradi pridobljenih izkušenj nimajo posebnih občutkov ob delu na intervenciji.
- Po intervenciji gasilci, ki so sodelovali v raziskavi, najrajši zamenjajo okolje ter se pogovorijo o dogodku. Vsak posameznik ima tudi lastne načine soočanja, kot so na primer verski običaji ali humor. S tem začnejo predelovati izkušnjo.
- Intervjuvani gasilci poročajo, da danes z doživetimi težkimi intervencijami nimajo težav. Izkušnje so predelali in po večini nanje pozabili. Nekateri se na dogodke še kdaj spomnijo, redkim pa pretekle izkušnje še danes nekoliko povzročajo težave.
- Oblike samopomoči, ki jih uporabljajo sodelujoči gasilci, so najpogosteje poslušanje glasbe, šport, zaposlitev z drugimi dejavnostmi, pogovor, druženje, molitev ter drugi, manj konstruktivni načni, kot na primer prekomerno premišljevanje ali uporaba alkohola.
- Večina gasilcev med intervencijo nima težav, ne poročajo o trenutkih zamrznitve. Določenim se je trenutek zamrznitve zgodil, a so z osebnimi načini, na primer z vdihom in ponovnim premislekom, situacijo rešili, da s tem niso škodovali sebi ali drugim udeleženim.
- Sodelujoči gasilci ne poznajo preventivnih programov za lažje soočanje s stresom in pripravljenost na intervencije, ki so jim na voljo. Kot obliko preventive znotraj društva uporabljajo pogovore in medsebojno pomoč. Uporabljajo tudi lastne oblike, kot je delo na pripravljenosti in skrb zase.
- Gasilci poznajo vsaj eno obliko psihosocialne podpore in pomoči, ki jim je na voljo. V ospredju je strokovna psihološka pomoč in pogovor med sogasilci. Po potrebne informacije bi se obrnili na poveljnika ali predsednika društva.
- Nihče od sodelujočih ni bil deležen strokovne psihosocialne pomoči izven društva. Glede te tudi ne vidijo dodatne potrebe, želijo pa si več pogovora o tematiki psihosocialne podpore in pomoči.

- Sodelujoči so navedli nekaj zadržkov pred uporabo strokovne pomoči, kot sta obsojanje drugih gasilcev ali zadržanost. Menijo, da bi koriščenje pomoči kazalo na njihovo nemoč in šibkost.
- Gasilci, vključeni v raziskavo, ne vedo veliko o gasilskih zaupnikih in njihovem področju delovanja. Nihče še ni bil v stiku z gasilskim zaupnikom. Pri delu zaupnika vidijo pozitivni vidik v tem, da bi imeli na voljo pomoč s prve roke, negativni vidik pa v tem, da bi to pomoč nudil notranji človek namesto nekdo, ki ga ne poznajo, kar bi jim bolj odgovarjalo.
- Vsi sodelujoči gasilci prisegajo na medsebojno tovariško pomoč. To jim glede na dosedanje izkušnje zadošča.

7. PREDLOGI

Z izvedeno raziskavo in pridobljenimi rezultati sem prišla do naslednjih predlogov:

- Glede na pridobljene rezultate vidim veliko prostora za dodatno izobraževanje in ozaveščanje prostovoljnih gasilcev o psihosocialni podpori in pomoči, ki jim je na voljo. Več poudarka o tej tematiki bi lahko gasilci pridobili že na različnih tečajih, ki jih obiskujejo, ali pa s pomočjo večjega informiranja predsednikov in poveljnikov, ki bi ga izvajala Gasilska zveza (na državni in lokalni ravni). Ti bi informacije predali naprej v posameznih društvih. Ker obstaja veliko gradiva o psihosocialni podpori in pomoči na področju gasilstva, bi se lahko znotraj društev dalo več poudarka na branje literature in gasilskega mesečnika Gasilec, v katerem prav tako obravnavajo omenjeno tematiko.
- Ker je tematika zelo pomembna in delo gasilcev posredno vpliva na naše vsakdanje življenje, vidim možnost, da bi lahko v sklopu študija socialnega dela na Fakulteti za socialno delo naslovili tematiko nudenja pomoči prvim posredovalcem kot enemu od pomagajočih poklicev. To bi lahko naslovili v sklopu modulskih predmetov Psihosocialne podpore in pomoči, na primer pri predmetih Travme in socialno delo ali Dialoški pristop k soustvarjanju podpore in pomoči. Tematiko bi lahko obravnavali tudi v sklopu izbirnega predmeta Socialno delo v izrednih razmerah. Zasnoval bi se lahko tudi nov izbirni predmet, poimenovan Psihosocialna podpora in pomoč prvim posredovalcem, ki bi bil na voljo vsem študentom omenjene fakultete in v sklopu katerega bi lahko delovala tudi praktična posvetovalnica za podporo in pomoč za gasilce ali druge prve posredovalce. V posvetovalnici bi lahko tako profesorji kot študentje višjih letnikov nudili pomoč prvim posredovalcem ob določenih dnevih, kar bi bil del učnega procesa.
- Sama vidim priložnost za detabuizacijo teme podpore in pomoči tudi znotraj gasilstva, k čemur bi lahko pripomogli redni pogovori o tematiki s poveljnikom ali predsednikom društva. Prav tako bi lahko k temu pripomogel gasilski zaupnik, ki bi vodil takšne pogovore in normaliziral nudenje pomoči. V teh pogovorih bi morda lahko naslavljali tudi tematiko medsebojne pomoči, ki, glede na raziskavo, gasilcem pomeni veliko. S tem bi razvili nove načine delovanja, da bi bila taka tovariška pomoč še boljša.

8. SEZNAM LITERATURE

Anžur, S. (2023). Psihološka podpora in pomoč v sistemu ZIR: Začetki psihološke pomoči za reševalce (1. del). *Gasilec*, 1, 32–34.

Božič, B. (1968). *Razvoj gasilstva na Slovenskem*. Ljubljana: Gasilska zveza Slovenije.

Božič, B. (1988). *Gasilstvo na Slovenskem: do leta 1941*. Ljubljana: Gasilska zveza Slovenije.

Božič, B. (1998). *Gasilstvo na Slovenskem: do leta 1963.* Ljubljana: Gasilska zveza Slovenije.

Božič, B. (1999). *Po poti 130-letnega razvoja gasilstva na Slovenskem:(1869–1999)*. Ljubljana: Gasilska zveza Slovenije.

Božič, M. (2003). *Stres pri delu: Priročnik za prepoznavanje in obvladovanje stresa pri delu poslovnih sekretarjev.* Ljubljana: GV Izobraževanje.

Bucik Ozebek, N. (2016). *Žarko Trnovec, psiholog in gorski reševalec: Če reševalca nesreča prizadene, je dober človek.* Pridobljeno 1. 2. 2024 s https://www.dnevnik.si.

Cvetek, R. (2010). *Bolečina preteklosti: travma, medosebni odnosi, družina, terapija.* Celje: Celjska Mohorjeva družba.

Cvetkovich, G., & Earle, T. C. (1985). Classifying hazardous events. *Journal of Environmental Psychology*, 5(1), 5–35.

Čačinovič Vogrinčič, G. (1994). *Socialni oporni sistemi v obdobju stiske.* V Polič, M. (ur.). Psihološki vidiki nesreč. Ljubljana: Uprava RS za zaščito in reševanje.

Čačinovič Vogrinčič, G., Kobal, L., Mešl, N., & Možina, M. (2015). *Vzpostavljanje delovnega odnosa in osebnega stika*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.

De Jong, P., & Kim Berg, I. (2002). *Interviewing for solutions*. Pacific Grove, ZDA: Broks/Cole.

Fink, G. (2017). Stress: Concepts, Definition and History. *Neuroscience and Biobehavioral Psychology*, 1–9, 1–7.

Flaker, V. (2003). *Oris metod socialnega dela: uvod v katalog nalog centrov za socialno delo*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo, Skupnost centrov za socialno delo.

Flaker, V. (2015). *Prispevki k taksonomiji socialnega dela in varstva – 1. del*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.

Flaker, V. (2024). *Temeljne operacije socialnega dela: Prispevki k taksonomiji socialnega dela in varstva – 2. del*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.

Gasilska zveza Slovenije. (b.d.). Pridobljeno 1. 2. 2024 s https://gasilec.net/.

Gasilsko društvo Litija. (b.d.). Pridobljeno 1. 2. 2024 s https://www.kamra.si/digitalne-zbirke/gasilsko-drustvo-litija/.

Gasilstvo. (b.d.). Pridobljeno 1. 6. 2024 s https://www.gov.si/teme/gasilstvo/.

Godec, I. (ur.) (2005). *Gasilstvo v Litiji 1885 –2005*. Litija: Prostovoljno gasilsko društvo Litija.

Gril, A., & Šeme, M. (2021). Vloga socialnega dela v izrednih razmerah. *Socialno delo*, 60, 201–218.

Huselja, A. (2017). *Stres v uniformi.* Ljubljana: Založba Chiara.

Jančič, F. (2008). *Gasilska dediščina – Slovencem v ponos.* Ljubljana: Gasilska zveza Slovenije.

Khan, K., Charters, J., Graham, L. T., Nasriani, R., Ndlovu, S., & Mai, J. (2018). A Case Study of the Effects of Posttraumatic Stress Disorder on Operational Fire Service Personnel Within the Lancashire Fire and Rescue Service. *Safety and Health at Work*, 9, 277–289.

Kramer Stajnko, J., & Nekrep Perc, M. (2023). Vpliv epidemije Covida-19 na delovanje prostovoljne gasilske organizacije v Sloveniji. *Ujma,* 37, 314–322.

Kramer Stajnko, J. (2019). Organiziranost in delovanje prostovoljnih gasilskih organizacij v Sloveniji. *Ujma*, 33, 250–257.

Krizmanić, M., Fučkar, G., Havelka, M., Barath, A., & Kolesarić, V. (1991). *U obrani domovine*. Zagreb: M&D.

Kucmin, T., Kucmin, A., Nogalski, A., & Sojczuk, S. (2016). History of trauma and posttraumatic disorders in literaute. *Psychiatria Polska,* 50(1), 269–281.

Kustec, K. (2011). Umetnostna izrazna sredstva v socialnem delu. *Socialno delo*, 50(1), 27–33.

Lavrič, A., & Štirn, M. (2016). *Psihosocialna pomoč po nesrečah in drugih kriznih dogodkih*. Ljubljana: Uprava RS za zaščito in reševanje.

Lavrič, A. (2009). Psihosocialna oskrba po nesrečah. *Ujma*, 23, 217–222.

Lavrič, A. (2011). Psihosocialna podpora reševalcem. *Ujma*, 25, 297–303.

Lavrič, A. (2012). *Smernice za psihološko pomoč reševalcem – sistem varstva pred naravnimi in drugimi nesrečami*. Ljubljana: Uprava RS za zaščito in reševanje.

Lavrič, A. (2014). Usposabljanje za psihološko pomoč v sistemu varstva pred naravnimi nesrečami in drugimi nesrečami. *Andragoška spoznanja*, 20(1), 35–42.

Lavrič, A. (2022). Deset let psihološke podpore in pomoči reševalcem v sistemu varstva pred naravnimi in drugimi nesrečami. *Ujma*, 36, 381–392.

Lavrič, A., Čibej Žagar, B., Lenarčič, A., & Fabjančič, V. (2023). Postopkovnik o psihološki podpori reševalcem v sistemu VNDN in pripadnikom CZ (10. del). *Gasilec*, 77(11/12), 46–48.

Lavrič, A., Kos Berlak, R., & Majer, M. (2023). Razvoj psihološke pomoči danes (3. del). *Gasilec*, 77(3), 30–33.

Lavrič, A., Plevel, M., & Kladnik, P. (2023). 5. stopnja – razbremenilni pogovor (7. del). *Gasilec*, 77(7/8), 48–49.

Lavrič, A., Poštuvan, V., & Lepoša, S. (2023). 5. stopnja – razbremenilni pogovor (8. del). *Gasilec*, 77(9), 42–44.

Lavrič, A., Uršič, B., & Vencelj, M. (2023). 4. stopnja – Kratek pogovor po kriznem dogodku (6. del). *Gasilec*, 77(6), 36–37.

Leskovec, R., & Kramer Stajnko, J. (2021). Usposabljanje slovenskih prostovoljnih gasilcev. *Ujma,* 34–35, 425–433.

Mesec, B. (1997). *Metodologija raziskovanja v socialnem delu 1.* Ljubljana: Visoka šola za socialno delo.

Mesec, B., Rape Žiberna, T., & Rihter, L. (ur.) (2009). *Metodologija raziskovanja v socialnem delu 1: načrtovanje raziskave (Študijsko gradivo)*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.

Michalopoulos, L. M., & Aparicio, E. (2012). Vicarious Trauma in Social Workers: The Role of Trauma History, Social Support and Years od Experience. *Journal of Aggression, Maltreatmnt & Trauma*, 21(6), 646–664.

Middleton, K. (2014). *Stres: kako se ga znebimo*. Ljubljana: Mladinska knjiga.

Mikuš Kos, A., & Slodnjak, V. (2000). *Nesreče, travmatski dogodki in šole: Pomoč v stiski.* Ljubljana: DZS.

Milivojević, Z. (2008). *Emocije: razumevanje čustev v psihoterapiji*. Novi Sad: Psihopolis Institut.

Miloševič Arnold, V., & Urh, Š. (ur.) (2009). *Terensko delo: institucionalni, javni in zasebni prostori socialnega dela.* Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.

Musek, J. (1994 a). *Potravmatska stresna motnja.* V Polič, M. (ur.). Psihološki vidih nesreč. Ljubljana: Uprava RS za zaščito in reševanje.

Musek, J. (1994 b). *Stresi, krize in osebna čvrstost*. V Polič, M. (ur.). Psihološki vidih nesreč. Ljubljana: Uprava RS za zaščito in reševanje.

Nastran Ule, M. (1993). *Psihologija vsakdanjega življenja*. Ljubljana: Znanstveno in publicistično središče.

Nesreča – Fran. (b.d.). Pridobljeno 1. 7. 2024 s https://fran.si/iskanje?View=1&Query=nesre%C4%8Da.

Pečjak, V. (1994). *Vpliv stresa na spoznavanje*. V Polič, M. (ur.). Psihološki vidiki nesreč. Ljubljana: Uprava RS za zaščito in reševanje.

Petrovič, J. (2021). 25 let Izobraževalnega centra za zaščito in reševanje RS. *Ujma*, 34–35, 500–507.

Pograjc, M. (ur.) (2010). *Ob 140-letnici organiziranega gasilstva: Gasilstvo na Slovenskem 1999–2009.* Ljubljana: Gasilska zveza Slovenije.

Polič, M., & Kranjčec, R. (2001). Ravnanje z umrlimi v nesrečah. *Ujma*, 14–15, 409–414.

Polič, M. (1988). *Psihološki vidik naravnih in drugih nesreč*. Poljče: Republiški center za obrambno usposabljanje.

Polič, M. (1994 a). *Posameznik in skupnost v izrednih razmerah*. V Polič, M. (ur.). Psihološki vidiki nesreč. Ljubljana: Uprava RS za zaščito in reševanje.

Polič, M. (1994 b). Vrste nesreč in njihovi učinki na ljudi. *Ujma*, (8) 234–236.

Poročilo rednega letnega zbora članov PGD Litija. (2024). Pridobljeno 1. 7. 2024 s https://spin.sos112.si/.

Pravila gasilske službe. (2010). Ur. l. RS 52/2010.

Program za vodenje evidenc v gasilskih organizacijah Vulkan. Pridobljeno 1. 7. 2024 s https://apl.gasilec.net/Vulkan/Login.aspx?ReturnUrl=%2fVulkan.

Rakovec Felser, Z. (2002). *Zdravstvena psihologija*. Maribor: Visoka zdravstvena šola.

Rebolj, A. B. (2015). V rešitev usmerjen pristop: kratka, v rešitev usmerjena terapija in kovčing kot drugačni paradigmi reševanja problema. *Sodobna pedagogika*, 1, 104–112.

Resick, P. A., & Miller, M. W. (2009). Posttraumatic Stress Disorder: Anxiety or Traumatic Stress Disorder. *Journal od Traumatic Stress,* 22, 384–390.

Rode, N., Zidar, R., Lamovšek, V., Škerjanc, J., & Urek, M. (2010). *Socialno delo v primeru naravnih in drugih nesreč.* V Zorn, M., Komac, B., Pavšek, M., & Pagon, P. (ur.) Naravne nesreče 1. Od razumevanja do upravljanja. Ljubljana: Založba ZRC.

Sena, L. (2006). *Disaster Prevention and Preparedness.* Ethiopia Health Traning Initiative. Pridobljeno 1. 7. 2024 s https://www.humanitarianlibrary.org/sites/default/files/2013/07/DisasterPreventionPreparedness.pdf.

Sešok, S. (1997). Razbremenitveni pogovori z reševalci. *Ujma*, 11, 295–299.

Sešok, S. (1998). Kratkoročne in dolgoročne posledice sočutne utrujenosti pri reševalcih. *Ujma*, 12, 219–223.

Seynaeve, G. J. R. (2001). Psycho-Social Support in situations of mass emergency. Belgium: Ministry of Public Health. Pridobljeno 1. 7. 2024 s https://www.coe.int/t/dg4/majorhazards/ressources/virtuallibrary/materials/Belgium/cpact03h-en.pdf.

Shahsavarani, A. M., Abadi, E. A. M., & Hakimi Kalkhoran, M. (2015). Stress: Facts and Theories through Literature Review. *International Journal of Medical Reviews*, 2(2), 230–241. Pridobljeno 1. 7. 2024 s https://www.ijmedrev.com/article_68654_37adc02e9432adfa017b8d6095cb6760.pdf.

Sharif, A. (2020). *Disaster Types and Causes.* Pridobljeno 1. 7. 2024 s https://www.researchgate.net/publication/343211640_Disaster_Types_and_Cause.

Simonič, B., Gojznikar, G., Cvetek, R., Mavrič, L., Sečnik, J., & Janežič, V. (2007). Religija kot vir pomoči pri soočanju s stresnimi in travmatičnimi dogodki. *Bogoslovni vestnik*, 67 (2), 261–280.

Skušek, M. (2017). Travma in potravmatska stresna motnja v filmu. *Kairos*, 11(1), 203–215.

Smajla, D., & Sašek, M. (2024). Ali lahko z meritvami telesne pripravljenosti napovemo uspešnost gasilca na gasilski intervenciji? *Gasilec*, 78(5), 38–39.

Snoj Hrustek, K. (2016). Stres pri delu poklicnega gasilca: posttravmatska stresna motnja in toplotna obremenitev. *Delo in varnost*, 61(5), 32–36

Stanley, I. H., Boffa, J. W., Tran, J. K., Schmidt, N. B., Joiner, T. E., & Vujanovic, A. A. (2019). Posttraumatic stress disorder symptoms and mindfulness facets in relation to suicide risk among firefighters. *Journal of clinical psychology*, 75(4), 696–709.

Stritih, B. (2006). Strategije pomoči pri socialnem delu s travmatiziranimi osebami in družinami. *Socialno delo*, 54(6), 333–343.

Svetina, M. (2007). *Zaključno poročilo o rezultatih opravljenega raziskovalnega dela na projektu v okviru ciljnega raziskovalnega programa (CRP) Znanje za varnost in mir 2006–2010.* Ljubljana: Filozofska fakulteta Univerze v Ljubljani.

Temeljni akt prostovoljnega gasilskega društva Litija. (2023). Prostovoljno gasilsko društvo Litija.

Umek, P. (2008). *Psihologija v varstvoslovju.* Ljubljana: Fakulteta za varnostne vede.

Unicef. (2020). *Disasters and Natural Hazards.* Pridobljeno 1. 7. 2024 s https://www.unicef.org/easterncaribbean/media/3096/file/Disasters%20and%20Natural%20hazards.pdf.

Uredba o organiziranju, opremljanju in usposabljanju sil za zaščito, reševanje in pomoč. (2016). Ur. l. RS 27/16.

Ušeničnik, B. (1998). Slovensko gasilstvo ob prehodu v novo tisočletje. *Ujma*, 12, 163–174.

Ušeničnik, B. (2002). *Sistem varstva pred naravnimi in drugimi nesrečami.* V Ušeničnik, B. (ur.). Nesreče in varstvo pred njimi. Ljubljana: Uprava RS za zaščito in reševanje.

Videmšek, P. (2008). Krepitev moči kot temeljno orodje socialnega dela. *Socialno delo*, 47(3/6), 209–217.

Zakon o društvih (ZDru-1). (2011). Ur. l. RS 64/11.

Zakon o gasilstvu (ZGas). (2005). Ur. l. RS 113/05.

Zakon o prostovoljstvu (ZProst). (2011). Ur. l. RS 10/11.

Zakon o varstvu pred naravnimi in drugimi nesrečami (ZVNDN). (2006). Ur. l. RS 51/06.

Žitnik, S. (2022). *Uporaba in uporabnost k rešitvi usmerjenega pristopa v socialnem delu* (diplomsko delo). Fakulteta za socialno delo, Ljubljana.

9. PRILOGE

PRILOGA 1 – Vodilo za intervju

VODILO ZA INTERVJU

1. Uvod
   - Osebni podatki (starost in spol)
   - čas delovanja v PGD Litija (celoten čas, čas v operativni enoti)

2. Razlogi za včlanitev v PGD Litija
   - Kdaj ste se odločili, da boste del PGD Litija?
   - Kako ste se odločili, da boste del PGD Litija?

3. Najbolj zahtevne intervencije
   - Kaj so za vas najbolj zahtevne intervencije?
   - Ste bili kdaj del take intervencije?
   - Kdaj se je ta zgodila v vaši gasilski karieri?
   - V kakšni vlogi ste bili v tej intervenciji?
   - Lahko opišete to intervencijo in vaše doživljanje le-te?
   - Kako ste se počutili takoj po njen? Kaj pa, ko je preteklo nekaj časa?
   - Kako danes gledate na to intervencijo?

4. Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
   - Kako ste si sami pomagali po intervencijah (morda najtežjih)?
   - Kakšne oblike samopomoči sicer uporabljate?
   - Kako si sami pomagate v času med intervencijami?
   - Kako sicer predelujete stresne situacije in se sproščate ob napornih trenutkih?

5. Preventiva
   - Kako je sicer poskrbljeno za vas, kot gasilce, v smislu strokovne pomoči v preventivi?
   - Obstajajo kakšni preventivni programi za krepitev odpornosti gasilcev?

- Ali se jih udeležujete in kako so vam pomagali?
- Kako pa sami delate na svoji odpornosti za najtežje situacije?

6. Psihosocialna podpora in pomoč
    - Kakšne oblike psihosocialne podpore in pomoči so na voljo za gasilce?
    - Kakšne psihosocialne podpore in pomoči ste oziroma ste bili deležni v sklopu društva?
    - Kaj pa na ravni države?
    - Kaj bi po vaših izkušnjah še potrebovali?
    - Kako pogosto se sicer poslužujete omenjene pomoči?

7. Gasilski zaupniki
    - Veste kaj so gasilski zaupniki?
    - Ste kdaj imeli izkušnjo z njim in kakšna je ta bila?
    - Kako vam je to pomagalo pri premagovanju najzahtevnejši intervencij?

PRILOGA 2 – Odprto kodiranje (Kodirna tabela)

OZNAKA IZJAVE	IZJAVA	POJEM/KODA	KATEGORIJA	NADKATEGORIJA	TEMA
A1	Ja tako je, 20.	20 let	Starost	/	Demografski podatki
A2	Dve leti.	2 leti	Operativna aktivnost	/	Demografski podatki
B1	37.	37 let	Starost	/	Demografski podatki
B4	Sem 18 let.	18 let	Operativna aktivnost	/	Demografski podatki
C1	26 let.	26 let	Starost	/	Demografski podatki
C2	Operativno 8 let.	8 let	Operativna aktivnost	/	Demografski podatki
D1	21.	21 let	Starost	/	Demografski podatki
D2	4 leta. No več, 5,	5 let	Operativna aktivnost	/	Demografski podatki
E1	55.	55 let	Starost	/	Demografski podatki
E2	Jst sem prišel 99-ga leta, ne, 93-ga sem se poročil,… Dejva rečt od 95-ga.	29 let	Operativna aktivnost	/	Demografski podatki
F1	23.	23 let	Starost	/	Demografski podatki
F2	Amm, 5 let.	5 let	Operativna aktivnost	/	Demografski podatki
G1	49 let.	49 let	Starost	/	Demografski podatki
G2	Ammm, ja 10 let je..	10 let	Operativna aktivnost	/	Demografski podatki
H1	28 let.	28 let	Starost	/	Demografski podatki
H2	Jaaa,….. Ja ubistvu 11 let.	11 let	Operativna aktivnost	/	Demografski podatki
A3	Včlanila sem se v šestem razredu osnovne šole	6. Razred OŠ	Čas včlanitve	/	Včlanitev v PGD Litija
A4	… sta me dva prijatelja, ki sta že bila člana zvlekla.	Pobuda prijateljev	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
A5	… začela sem s pionirji…	Pionirji	Način sodelovanja	/	Včlanitev v PGD Litija
A6	… potem pa naprej mladinka…	Mladinci	Način sodelovanja	/	Včlanitev v PGD Litija
A7	… takrat si me ful lahko spravil v katerokoli aktivnost…	Prilagodljivost za nove aktivnosti	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
A8	… sem rabila nekej za počet.	Iskanje nove aktivnosti	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
A9	… me je zanimalo potem.	Zanimanje	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
A224	… po činu sem gasilec.	Gasilec	Gasilski čin	/	Včlanitev v PGD Litija
B2	… vse skupaj, odkar sem od tistega dne, ko sem se vpisal, sem potem tudi operativno, …	Operativni gasilec od vpisa	Čas včlanitve	/	Včlanitev v PGD Litija

B3	… so tako naredili, da nisem rabil biti pripravnik, sem že toliko star bil, da sem šel potem kar avtomatsko na tečaj.	Takoj na tečaj za operativca	Način sodelovanja	/	Včlanitev v PGD Litija
B5	Ti sem bil, ampak sem bil na Igu.	Pionir na Igu	Predhodno sodelovanje z drugimi PGD-ji	/	Včlanitev v PGD Litija
B6	… bil samo tako, za tekmovanje pa to, ne.	Mladinska tekmovanja	Predhodno sodelovanje z drugimi PGD-ji	/	Včlanitev v PGD Litija
B7	Tist sem bil pa tudi ene 5 let.	5 let v mladini na Igu	Predhodno sodelovanje z drugimi PGD-ji	/	Včlanitev v PGD Litija
B8	… v osnovni šoli pa tako…	Vpis v mladino v OŠ	Predhodno sodelovanje z drugimi PGD-ji	/	Včlanitev v PGD Litija
B9	… od samega začetka me že veseli.	Veselje do gasilstva od začetka	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
B10	Ko sem bil tam sem itak nisem bil kot operativen, tako da sem se samo tako vodil kot gasilec.	Član PGD Ig	Predhodno sodelovanje z drugimi PGD-ji	/	Včlanitev v PGD Litija
B11	Pol ko si pa operativen, pa dajo v Vulkan pa,	Vpis v Vulkan	Organizacija	/	Včlanitev v PGD Litija
B12	… zdaj par let nazaj, da se to tok vodi, drugače tega ni bilo, …	Podrobno vodenje evidenc gasilstva zadnja leta	Organizacija gasilstva	/	Včlanitev v PGD Litija
B13	… drugače je lahko vsak gasilec naredil tečaj, zdravniškega sploh ni bilo, pa si bil takoj operativen, …	Včasih nižji standardi gasilstva	Organizacija gasilstva	/	Včlanitev v PGD Litija
B14	… zdaj so pa pol to bol poostril, ne.	Poostritev nadzora	Organizacija gasilstva	/	Včlanitev v PGD Litija
B15	Ja že od nekdaj, majhnega, sem hotel.	Želja od majhnega	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
B16	Itak sem na Igu, ko smo živeli čisto zraven gasilskega doma.	Življenje poleg gasilskega doma	Predhodno sodelovanje z drugimi PGD-ji	/	Včlanitev v PGD Litija
B17	… od majhnega me veseli to strojništvo in tega pa veliko tle not…	Veselje do strojništva	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
B18	Pa pomaganje sočloveku.	Pomoč sočloveku	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
B19	… sem si skoz želel, da bi bil gasilec in to je to.	Želja po gasilstvu	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
B22	… tako da sem pa rekel, bom šel pa za gasilca.	Odločitev postati gasilec	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
B23	Probal bom, pa bomo videl kako je.	Poskusiti	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
B24	Družba pa,… Toj pa to.	Družba	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
B25	Ja tako pol sem pa tle, sem pa rekel, sem šel probat ena parkrat kako je, …	Preizkusiti nekajkrat	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
B26	… sem spoznal fante.	Spoznavanje sogasilcev	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
B27	Nižji gasilski častnik prve stopnje.	Nižji gasilski častnik prve stopnje	Gasilski čin	/	Včlanitev v PGD Litija

B28	Ja ne, to ne to sem rekel, da ne zaradi otrok.	Prenehanje s tečaji za čin	Gasilski čin	/	Včlanitev v PGD Litija
B30	Takrat sva šla z M. skupej.	Udeležba tečaja s prijateljem	Gasilski čin	/	Včlanitev v PGD Litija
B31	Ker to nič ne pomeni, te stopnje	Nepomembnost činov	Gasilski čin	/	Včlanitev v PGD Litija
B32	… kar meni pomeni je več to na Igu k so ne, vaje.	Pomembnost praktičnih tečajev	Izobraževanje v gasilstvu	/	Včlanitev v PGD Litija
B33	Zdaj sploh grem rad to, če je požar, da grem komot not, če je nevarne snovi grem lahko not.	Pridobivanje praktičnih znanj	Izobraževanje v gasilstvu	/	Včlanitev v PGD Litija
B35	Poveljevanje, to ni zame.	Zavračanje vloge poveljevanja	Izobraževanje v gasilstvu	/	Včlanitev v PGD Litija
B36	Če ni nobenega grem za vodjo, drugače pa s težkim srcem grem poveljevat.	Zavračanje vloge poveljevanja	Izobraževanje v gasilstvu	/	Včlanitev v PGD Litija
B37	Jaz raj delam, pa je to to.	Želja po delu	Izobraževanje v gasilstvu	/	Včlanitev v PGD Litija
B38	… sem bil vodja intervencije, pa še delal sem,...	Delo in vodenje	Izobraževanje v gasilstvu	/	Včlanitev v PGD Litija
B40	Ti si vodja, ne smeš delat, ti imaš samo tiste ljudi in to je to.	Odgovornost pri vodenju	Izobraževanje v gasilstvu	/	Včlanitev v PGD Litija
B41	Tako ja, da res delam, pomagam, mi ni problem res nč nardit.	Pomoč sočloveku	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
C3	15 let. Mislm, da sem bil 11 star, ko sem začel.	Začetek pri 11-letih	Čas včlanitve	/	Včlanitev v PGD Litija
C4	Ne nisem, nisem bil pionir.	Mladinci	Način sodelovanja	/	Včlanitev v PGD Litija
C5	Jaz sem se pozn pridružu.	Kasnejša pridružitev kot večina	Čas včlanitve	/	Včlanitev v PGD Litija
C6	Ker sem hotel nekaj počet,…	Iskanje nove aktivnosti	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
C7	… ker me ta stari niso nikamor pustil. Ful so se upiral drugače, da bi bil gasilc.	Zaviranje staršev	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
C8	… pa sva se s kolegom skupaj učlanla.	Včlanitev s prijateljem	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
C9	… mal, mal,…. Ammm, družinskega pritiska, ker smo gasilska družina.	Gasilska družina	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
C10	Ja, dedek je bil, brat je.	Gasilska družina	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
C11	No pa, malo pa tudi zaradi želje mislim, velik zarad želje, če ne bi imel želje, nebi nikol ostal.	Želja po gasilstvu	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija

C12	… če se enkrat, se mi zdi, pridružiš za neko starejšo starostjo, ti je, mislim da skoraj samoumevno, da greš naprej. Drugače velik jih ni šlo. Sem pač tisti, ki smo pa ostal do konca, smo bli pa tudi pol prej ko slej operativci.	Samoumevnost nadaljevanja v operativo	Organizacija gasilstva	/	Včlanitev v PGD Litija
C202	Nižji gasilski častnik.	Nižji gasilski častnik	Gasilski čin	/	Včlanitev v PGD Litija
D3	… sem bil prej pripravnik še.	Pripravnik	Način sodelovanja	/	Včlanitev v PGD Litija
D4	Ja pri 17-ih lahko začneš.	Začetek dela v operativi pri 17 letih	Čas včlanitve	/	Včlanitev v PGD Litija
D5	Ja, sem bil, oboje.	Pionirji, mladinci	Način sodelovanja	/	Včlanitev v PGD Litija
D6	Drug, tret, neki tacga. Pri pionirjih ane.	3. Razred OŠ	Čas včlanitve	/	Včlanitev v PGD Litija
D7	No, ne vem, všeč mi je blo,	Zanimanje	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
D8	… družba,…	Družba	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
D9	… zabava.	Zabava	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
D10	Mhm, sem, pač gasilci, sej veš kako so to otroc.	Spoznavanje sogasilcev	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
D11	Gasilc je zmerej kot poklic favoriziran. Ne vem no.	Favoriziran poklic gasilca	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
D121	Višji gasilec.	Višji gasilec	Gasilski čin	/	Včlanitev v PGD Litija
E3	Ja prej sem bil PGD Radohova vas.	Član PGD Radohova vas	Predhodno sodelovanje z drugimi PGD-ji	/	Včlanitev v PGD Litija
E4	Tam nisem bil tok kot operativen gasilc,… mislm, bil sem operativen član, sam tam ni blo dost intervencij.	Manj intervencij	Predhodno sodelovanje z drugimi PGD-ji	/	Včlanitev v PGD Litija
E5	Veš to je blo tako manjše društvo, če je bila ena intervencije na let pa je blo dost.	Manjše društvo	Predhodno sodelovanje z drugimi PGD-ji	/	Včlanitev v PGD Litija
E6	Ja ne ne, to samo požari so bli, ker ni bilo nobene druge koncesije.	Brez drugih koncesij	Predhodno sodelovanje z drugimi PGD-ji	/	Včlanitev v PGD Litija
E7	Saj veš kako je po vaseh, če kakšna štala je zagorela, če so bli kakšna neurja drugače pa,…	Požari in neurja	Predhodno sodelovanje z drugimi PGD-ji	/	Včlanitev v PGD Litija
E8	Ja to ja, ja ja. Tudi v Radohovi vasi.	Pionir in mladinec	Predhodno sodelovanje z drugimi PGD-ji	/	Včlanitev v PGD Litija
E9	Tako ja, so bile pa tiste tekmovanje, saj veš.	Mladinska tekmovanja	Predhodno sodelovanje z drugimi PGD-ji	/	Včlanitev v PGD Litija
E10	Ja moj oče je že bil, mislim kot ena družinska tradicija.	Gasilska družina	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija

E11	Ja, po njegovih stopinjah sem šel pač, me je veselil,…	Po stopinjah očeta	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
E12	Gasilski avtomobili so bli zmeraj za otroke zanimiv …	Zanimanje za gasilska vozila	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
E13	… in to te pol potegne noter.	Zanimanje	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
E15	… pa sosedje so bli isto, smo bli približno iste generacije. Smo eden z drugmu rasli in jasno, da greš k gasilcem, če je šel sosed. [se zasmeji]	Včlanitev s sosedi	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
E16	Po vaseh je to bl tako, kot po mestih.	Tradicija na vaseh	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
E17	Tle je pa čist druga, tukaj je pa dost več dela.	Veliko dela v PGD litija	Organizacija gasilstva	/	Včlanitev v PGD Litija
E18	Tud na tečaje sem šel, za nevarne snovi, za tehnično reševanje, tega prej nismo nič imel.	Udeležba na tečajih	Izobraževanje v gasilstvu	/	Včlanitev v PGD Litija
E19	Mi smo samo tisti izpit za gasilce, kar si naredu, to je blo pa tud vse, kar je blo.	Včasih samo izpit za gasilca	Izobraževanje v gasilstvu	/	Včlanitev v PGD Litija
E20	Jaz sem pa nižji gasilski častnik druge stopnje.	Nižji gasilski častnik druge stopnje	Gasilski čin	/	Včlanitev v PGD Litija
E21	Nisem šel za časnika, nisem hotel it.	Brez želje za častnika	Gasilski čin	/	Včlanitev v PGD Litija
E22	Sem rekel dost imam. Ne vem. Sej je mladine dost za mano.	Dovolj izobraževanj	Gasilski čin	/	Včlanitev v PGD Litija
F3	Ja, mislm da ene dve leti, predno sem bila 18 stara.	Pripravnik	Način sodelovanja	/	Včlanitev v PGD Litija
F4	Mislm da sm tut prou tečaj za operativna delala mejčenko kasneje, ker vsem ni blo tečajev, ampak sem vseeno hodila na intervencije in tko.	Tečaj za operativca kasneje	Izobraževanje v gasilstvu	/	Včlanitev v PGD Litija
F5	Smo takrt organiziral nek mini tečaj, da smo se naučil še vse, kar ni bilo na pripravniku za operativca.	Notranji tečaj za operativca	Izobraževanje v gasilstvu	/	Včlanitev v PGD Litija
F6	Pol sem pa letos nardila še za višjega gasilca.	Višji gasilec	Gasilski čin	/	Včlanitev v PGD Litija
F7	Verjetno ne.	Dovolj izobraževanj	Gasilski čin	/	Včlanitev v PGD Litija
F8	Edino če bom šla za tehnično reševanje delat tečaj. To je pa tut vse vrjetno.	Tečaj za tehnično reševanje	Izobraževanje v gasilstvu	/	Včlanitev v PGD Litija
F147	Ja, sem bila v mladini.	Pionirji, mladinci	Način sodelovanja	/	Včlanitev v PGD Litija
F9	Od šestega razreda osnovne šole.	6. Razred OŠ	Čas včlanitve	/	Včlanitev v PGD Litija
F10	Kaj pa vem,… ker je bil stric gasilec, …	Stric pri gasilcih	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija

F11	… pol je šel brat h gasilcem. Pri nama je blo vedno tko, če grem in jaz nekam je šel on, če šel on sem šla jaz.	Brat pri gasilcih	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
F12	Ne vem, zanimivo mi je bilo.	Zanimanje	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
F13	In pol sem bila pač edina punca v mladini.	Edina punca v mladini	Način sodelovanja	/	Včlanitev v PGD Litija
F14	Ja ne vem, tok mi je blo zanimiv.	Zanimanje	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
F15	Tako pač, sem na splošno tak človek, k se mi zdi, da bi bilo fajn, mislim, kar rada pomagam ljudem, tako da….	Pomoč sočloveku	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
F16	Drugač pa ne vem. Po moje je bla tako, pač neka zavestna logična odločitev.	Zavestna odločitev	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
F17	ampak se pač naredili, toliko časa hodiš in ti je pač cela scena z gasilci recimo zanimiva in te potegne…	Gasilstvo te potegne	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
G3	Ne vem, ful me je vlekl to, pa da nekomu nekej pomagaš, da mu nekej dobrega nardiš, pa da mu v stiski tko pomagaš.	Pomoč sočloveku	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
G4	Ne vem,… pa zanimal me je to, kr potegnil me je.	Gasilstvo te potegne	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
G5	Ma sej naju je v osnovni šoli, ko sva ble z eno prijateljico M., naju je R. Z. (pokojni veteran, ki se je ukvarjal z mladino) prepičou, da sva šle delat za eno značko. In sva res šle takrt, pol je pa pr tem ostal. Takrt se tut niso tok aktivno ukvarjal z mladino, tko kot je dons.	Značka v času OŠ	Način sodelovanja	/	Včlanitev v PGD Litija
G6	Ma ne vem, pol me je pa kar enkrat, ko se mal bolj začel klele to bolj… Mal več se je začel dogajat, pa fantje so bli, pa otroci so že hodil takrt…	Začetek dogajanja v PGD	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
G7	M. in U. sta bla zelo aktivna, sta bila že pri mladincih oziroma pri pionirčkih pa to, pa sta tekmovanja hodila.	Otroci pri gasilcih	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
G8	Pol pa enkrat mislm da mi je P. prinesu pristopno izjavo…	Poveljnik prinese pristopno izjavo	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija

G9	Takrat se je mislim, da je tudi jedro začelo poklicno, pol smo imel pa enkrat to Florjanovo nedeljo. Pa smo imeli ena take igre, pa smo imele skupino gasilske mame, od različnih gasilcev, tko. In tko so nam potalal potem pristopne izjave. Pol se je za začela ta stvar.	Poveljnik prinese pristopno izjavo	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
G10	Takrt sem pol začela pa tečaj delat za pripravnika, oktobra. Pripravnika, in pol pa za gasilca.	Pripravnik	Način sodelovanja	/	Včlanitev v PGD Litija
G11	Amm, zdaj sem pa višji gasilec.	Višji gasilec	Gasilski čin	/	Včlanitev v PGD Litija
H3	No, veš, sem bla tut prej k pripravnica že zlo aktivna. … Amm, ja pomojem ene dve leti. Mislm, da sm nardila ene dve leti prej, predn sm bla 18 stara.	Pripravnik	Način sodelovanja	/	Včlanitev v PGD Litija
H5	Sam prej sm bla tut v Hotiču. Jst sm se šele pol selila v Litijo.	Članica PGD Hotič	Predhodno sodelovanje z drugimi PGD-ji	/	Včlanitev v PGD Litija
H6	Jah, kaj pa vem, tm začetka osnovne šole sm se vključla h gasilcem, v pionirčke.	Pionirji	Način sodelovanja	/	Včlanitev v PGD Litija
H7	Sem sm se pa selila pol glih ko sm začela za pripravnika.	Ob selitvi pripravnica	Predhodno sodelovanje z drugimi PGD-ji	/	Včlanitev v PGD Litija
H8	Ja, je blo kr fino. Tukej je bolj tko, vse,…. Več se stvari dogaja, an.	Veliko dela v PGD Litija	Organizacija gasilstva	/	Včlanitev v PGD Litija
H9	Kaj pa vem, nekej sošolcev sem mela tm. Pa sem šla pač zraven.	Vključitev s sošolci	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
H10	Da je bla ena dejavnost, k sm jo počela.	Iskanje nove aktivnosti	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
H121	A veš kako je to, ko si enkrat notr te potegne.	Gasilstvo te potegne	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
H11	Jst sm pol spoznala prek tega svojga partnerja, pa sva skupej pol velik delala na tem.	Spoznavanje partnerja preko gasilstva	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
H12	Tukej sm mela tut ful blizu gasilski dom.	Blizu gasilski dom	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
H13	Pol pa itak spoznaš še prjatle, pa je družba pol skos.	Družba	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
H14	Zasvoji te vse skupej. Rata ti način življenja kokr.	Način življenja	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija
H15	Višji gasilec.	Višji gasilec	Gasilski čin	/	Včlanitev v PGD Litija
H16	Ja sigurno. Sej velik hodmo tko na tečaje, se splača, dobiš velik znanja.	Redno obiskovanje tečajev	Izobraževanje v gasilstvu	/	Včlanitev v PGD Litija
H17	Pa spet si s prjatli.	Prijatelji	Razlogi za včlanitev	/	Včlanitev v PGD Litija

A10	… najbolj bi se zahtevno predstavljala tisto, na kateri nisem bila, …	Predstave po opisih	Izkušnje gasilcev	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
A11	… regionalni cesti, se pač, se je pač prijatelj, bivši sodelavec, v bistvu zaletel v kombinirano vozilo …	Nesreča prijatelja	Nesreča poznane osebe	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
A12	… na kraju nesreče tudi umrl.	Smrt na kraju	Smrtni izid	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
A13	… oživljali več kot pol ure…	Dolgotrajno oživljanje	Oživljanje	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
A15	… 2 dni po mojem izpitu za operativnega gasilca, sem vesela, da me ni bilo tam, kar verjetno bi nehala na uni točki…	Morebitni razlog za prenehanje v operativi	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
A16	… bilo pa peta intervencija…	5. intervencija	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
A17	… se je ponesreči gospod zažgal v svoji uti…	Gospod zažgan v uti	Zgorela oseba	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
A18	… bil je malo šok…	Šok	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A19	… vidiš, da ja, lajf se kr tako konča in ni več…	Minljivost življenja	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A20	… od takrat naprej recimo mi je bilo tudi za kletvice recimo vseeno.	Vseeno za kletvice	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A21	… ampak počasi predelaš šok…	Predelava šoka	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A22	Vsaka smrt na svoj način…	Predelava izkušnje smrti	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A23	Ja. To je najhujš.	Najhujše ob smrti	Smrtni izid	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
A24	… ostalo vem, da v zdravstvu lahko marsikaj zrihtamo.	Pomoč zdravstva	Zdravstvo	Olajševalne okoliščine	Najbolj zahtevne intervencije
A25	Ja recimo …	Izkušnje iz zdravstva	Zdravstvo	Olajševalne okoliščine	Najbolj zahtevne intervencije
A26	… delala sem na travmi vem, kako smo jih skupaj postavili…	Delo na travmi	Zdravstvo	Olajševalne okoliščine	Najbolj zahtevne intervencije
A27	Ne morem si niti predstavljati njihove travme.	Nepredstavljivost travme	Zdravstvo	Olajševalne okoliščine	Najbolj zahtevne intervencije
A28	Nisem bila še v prometni, bila sem zelo blizu.	Lastne izkušnje	Osebne izkušnje	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A29	Vem pa, da lahko to urediš.	Pomoč zdravstva	Zdravstvo	Olajševalne okoliščine	Najbolj zahtevne intervencije
A30	Vem, da je bila še ena smrtna…	Še ena smrtna nesreča	Smrtni izid	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije

A31	… smo bili drugi izvoz…	Drugi izvoz	Vloga na intervenciji	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
A32	… bolj medijsko izpostavljena za vse, avti se skos mem peljejo pa slikajo, precej smotan…	Medijska izpostavljenost	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
A33	… ampak ni bilo tako hudo kot nekatere prve.	Prve intervencije hujše	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A34	… sem vesela, da jaz nikoli nisem imela motoristov…	Brez izkušnje z motoristi	Motoristi	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
A35	Eden je bil ampak bolj,.. so ga zelo težko ven spravili, kolikor sem slišala, …	Reševanje motorista	Motoristi	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
A36	… so ga v UKC dobil ven, 2 tedna je trajal.	Pomoč UKC	Zdravstvo	Olajševalne okoliščine	Najbolj zahtevne intervencije
A37	… ampak na travni so ga nazaj dobili, pa da so ga zrihtali, tako da so ga dobili nazaj iz rizika.	Zdravniško reševanje	Zdravstvo	Olajševalne okoliščine	Najbolj zahtevne intervencije
A38	Ne vem, pri 10 sem nehala štet …	Prenehanje štetja intervencij	Število intervencij	Udeležba na intervencijah	Najbolj zahtevne intervencije
A40	To je bilo 3 mesece, ali 4. Pol leta po izpitu je bilo že okoli 10 intervencij.	10 intervencij v prvih 4 mesecih	Število intervencij	Udeležba na intervencijah	Najbolj zahtevne intervencije
A41	… manj kot 100.	Manj kot 100 intervencij v 2 letih	Število intervencij	Udeležba na intervencijah	Najbolj zahtevne intervencije
A42	Saj bi se dalo preštet, po zapisnikih.	Zapisniki	Število intervencij	Udeležba na intervencijah	Najbolj zahtevne intervencije
A43	… še veliko odpiranje vrat zraven…	Tehnična pomoč	Število intervencij	Udeležba na intervencijah	Najbolj zahtevne intervencije
A45	Ja, pa na srečo sem se izognila vsem pogrešanim osebam…	Izogib iskanju pogrešanih	Pogrešane osebe	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
A46	… pospravljanjem samomorov.	Izogib pospravljanju mesta dogodka	Samomori	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
A47	Sem imela tako srečo, da na nobeni od teh nisem pristala.	Sreča ob ogibu	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A48	Ne vem, pa nisem šla sprobat, tako da glej, če ne rabim sprobat, ne bom.	Izogibanje	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A50	Hm. Ne mislim, da ne.	Ne spominjanje	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A51	Razen nekej nepovezan z gasilci, tako da.	Izkušnje iz zdravstva	Zdravstvo	Olajševalne okoliščine	Najbolj zahtevne intervencije
A52	Slabi 2 leti nazaj.	2 leti od intervencije	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
A53	Ja, ko sem začela.	Začetek operative	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije

A54	Ta je bila peta.	5. intervencija v karieri	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
A55	… glih so imeli vaje za godbo…	Prišla iz godbe	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
A56	… tako da prva 2 izvoza so praktično že imeli.	Drugi izvoz	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
A57	… tako da bila sem tretji izvoz…	Tretji izvoz	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
A58	… pač so rekli, če ne rabiš vidt ne rabiš videti, pojdi rajši stran.	Odmik stran	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
A59	So me dali stran, na varovanje.	Varovanje	Vloga na intervenciji	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
A60	… me niso glih not tlačil…	Možnost umika	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
A61	Hvala bogu.	Hvaležnost	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A62	… je še vedno šok, ne pa toliko, kot bi lahko blo.	Šok	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A63	Niso, niso niti na glas povedal, da je nekdo noter …	Nepoznavanje okoliščin	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
A64	… nekako podzavestno sem pač videla, fak, nekdo je res noter.	Oseba v prostorih	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
A65	In je šok, preden sem dejansko dojela, ja stoprocentno, nekdo se je zažgal, …	Šok	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A66	… je trajalo nekaj časa…	Dojemanje situacije	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A67	… verjetno tolk, da sem nazaj v PGD prišla na uni točki.	Dojemanje situacije	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A68	Nazaj v šolo…	Šola	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A69	… se učiš reševanju…	Učenje reševanja	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A70	… prvi pomoči…	Prva pomoč	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A71	… praktične vaje…	Praktične vaje	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A72	Iz prve pomoči mislim…	Praktične vaje	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A76	Ja…	Težak občutek	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A77	Ja, sem pridelala ja.	Predelano	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije

A78	… zdajle sem se na eno reanimacijo spomnila.	Reanimacija	Oživljanje	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
A79	Ko je bil mlad gospod, možganska kap.	Možganska kap	Smrtni izid	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
A80	Po tej intervenciji, šla sem pod tuš…	Tuširanje	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A81	… in potem sem doma videla, da ne morem biti več doma…	Nezmožnost biti sam	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A82	… sem šla za 2 uri na godbo…	Godba	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A83	… kr zamenjaš…	Menjava okolja	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A84	Na godbi še niso vedeli, da je nekdo umrl na drugem koncu Litije.	Niso vedeli za smrt	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
A85	To je bilo res 10 minut po intervenciji skoraj 20.	10 minut po intervenciji	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A86	… zamenjali smo okolje…	Menjava okolja	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A87	… vse je v redu.	Vse je v redu	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A88	Življenje gre naprej, …	Življenje gre naprej	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A89	… malo težek občutek je …	Težak občutek	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A90	… ko sem recimo od njega 13 letnega otroka spoznala, …	Spoznala svojce	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
A91	… njegova hčer je od sestrice sošolka.	Sestrina sošolka	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
A92	To je bilo staro 8 let, ko je oče umrl.	8-letni otrok preminulega	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
A93	Ne nisi imel kaj reševat.	Občutek nemoči	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A94	Hm, take izkušnje ja,	Hude izkušnje	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A95	… prideš tja in vsi se derejo nate …	Vsi se derejo	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
A96	… ne veš, kaj točno bi naredil…	Neznanje	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
A97	Ko imaš 10 različnih navodil v eni sekundi.	Več navodil	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
A98	Kr prizor.	Slab prizor	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
A99	Na srečo so bili vsaj reševalci že tam…	Pomoč reševalcev	Zdravstvo	Olajševalne okoliščine	Najbolj zahtevne intervencije

A100	… potem imaš, če ne drugega, pripomoček za oživljanje, da ne rabiš ti dejansko oživljat.	Pripomoček za oživljanje	Zdravstvo	Olajševalne okoliščine	Najbolj zahtevne intervencije
A101	Bistveno lažji.	Pomoč s pripomočki	Zdravstvo	Olajševalne okoliščine	Najbolj zahtevne intervencije
A102	… njegova sestra prišla od zunaj, ga je hotela na vsak način videt.	Prisotnost svojcev	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
A103	Niti ne veš, kako bi povedal …	Težava povedati svojcu	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
A104	… rajši prepustiš nekomu drugemu, ki bo to znal povedati …	Prepustiš novico drugemu	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
A105	Na to rada pozabim, …	Pozabiti	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A106	… me sestrica na vsake tolk spomni, a tukaj je bilo.	Spominjanje	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A108	Mal sem pozabila na to …	Včasih pozabi na dogodek	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A109	… spet spomnim in pol sem tko, ja to je bilo tudi…	Podoživljanje	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A228	… mi je zanimiv, ker se na reanimacijo spomnim glih na intervjuju…	Spomin	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A229	… pa mislim, da sem se spomnila, ko sva se dogovarjale …	Spomin	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A230	… vmes pa pozabim čist.	Pozabljeno	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A231	Ja, ja.	Ni v glavi	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
B43	Reševanje pokojnega, …	Reševanje pokojnega	Smrtni izid	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
B44	… rezanje pokojnega iz vozila …	Rezanje pokojnega iz vozila	Smrtni izid	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
B45	… veš, da si prišel, mislim občutek, mislim po pozivu, ko dobiš greš, gremo, pomagamo, razrežemo, naredimo, naložimo, rešilec zrihta, pelje v Ljubljano, par dni je tam, gre ven, to je to.	Reševanje življenja	Zdravstvo	Olajševalne okoliščine	Najbolj zahtevne intervencije
B46	K pa ti prideš pa delaš, delaš, delaš pa ni pol tistega, kako bi reku, učinka ne, čeprav smo vse naredili, kakor smo lahko.	Občutek nemoči	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
B49	Ja tist sem bil. Zdaj, nazadnje, pa že prej enkrat, ko je šel avto pod kamion.	Avto pod kamionom	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije

B50	Pa smo, tudi smo se trudili, pa smo pa videli, da ni šlo.	Trud zaman	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
B51	Pol dol en fant v Kresnicah, smo ga že oživljali uzuni, vse smo zrihtali, ko smo ga ven deval je bil še živ.	Oživljanje fanta	Oživljanje	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
B52	Ko smo ga dali ven smo ga pol ure oživljal, ni šlo.	Dolgotrajno oživljanje	Oživljanje	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
B53	Ja ja, to je bla smrtna.	Smrt na kraju	Smrtni izid	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
B54	Ne, takrat sem bil not, sem delal.	Neposredno delo	Vloga na intervenciji	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
B55	Bil sem tut šofer vozila, HTV-ja, takrat smo bili 4.	Voznik vozila HTV	Vloga na intervenciji	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
B56	Smo bili med ta prvimi, smo šli štirje not, pa sem bil med prvimi, no potem pa prevzel dela.	Med prvimi na kraju	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
B57	Sem bil čisto zraven.	Neposredna udeleženost pri delu	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
B58	Da smo najprej rezali…	Rezanje vozila	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
B59	… pa pol izvlek osebe.	Izvlek osebe	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
B60	In pol smo tam že oživljali in ni šlo.	Oživljanje brez uspeha	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
B61	Pol je pa zdravnik potrdil, da ne bo.	Potrjena smrt od zdravnika	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
B62	Ne ne, rešilec je bil še pred nami.	Pomoč reševalcev	Zdravstvo	Olajševalne okoliščine	Najbolj zahtevne intervencije
B63	Najprej smo začeli, pa smo pa videli, da pa je začel skup lezt, smo pa hitri iznos.	Hitri iznos osebe	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
B64	… defibrilator pa tu pa.	Pripomoček za oživljanje	Zdravstvo	Olajševalne okoliščine	Najbolj zahtevne intervencije
B65	Pa še druge, morfij so filal.	Pomoč zdravstva	Zdravstvo	Olajševalne okoliščine	Najbolj zahtevne intervencije
B66	Je pa mlad poba tudi bil ne.	Mlada oseba	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
B67	… saj večinoma sem kot napadalec, mislim kot v prvi vrsti.	Gasilec v napadu	Vloga na intervenciji	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
B68	… pa mi je na primer blo požar v Gabrovki, …	Požar v Gabrovki	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
B69	… ko se je ženska zadušila.	Zadušitev ženske	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije

B70	… ampak tist cajt, k sva šla midva not, ženska je ležala na tleh, sem jo videl, ampak tist cajt je nisem obrajtal sploh, ko sva šla not.	Nepozornost na preminule	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
B71	No pol sem pa vidu da, ja..	Prepoznava ponesrečenca	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
B72	Tudi tisti, ne, je bilo tako...	Težak občutek	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
B73	… pol ena je samo šli za eno gospo isto, vrata odpirat, …	Odpiranje vrat	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
B74	… gospa mislim, da je par dni sedela, po moje jo je kap ruknla.	Kap osebe	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
B75	So nam pa tudi rekli, da je not.	Oseba v prostorih	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
B76	Da pa ne vejo ali je mrtva ali ni, …	Vprašanje o življenjskih znakih	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
B77	… smo vrata odprli smo šli not, kot prvi smo videli, tudi smo ji hoteli glavo dvignit, je bla pa že čist gumijasta že ne.	Odkritje preminule osebe	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
B79	… tudi ta ni bila tok, ampak vseen, je pa smrtna žrtev, ne.	Smrtna žrtev	Smrtni izid	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
B80	Ker na primer pol pa enkrat smo šli, je bil možakar, ki si je glavo prebil.	Poškodba glave	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
B81	Tisti mi ni bilo nič, živ je bil možakar ne, to mi ni blo nič, …	Pomoč ob najrazličnejših poškodbah	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
B82	… ampak te ta smrtne me pa pol…	Prizadetost ob smrtnih izidih	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
B83	Sploh pa če poznaš, ne.	Poznavanje udeležencev nesreče	Nesreča poznane osebe	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
B84	En cajt sem premleval, …	Premlevanje	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
B85	… ampak je bilo potem dobro, sem pozabu.	Pozabljeno	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
B86	… žalostno itak, …	Žalost	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
B87	… pa pol skozi vrtiš tist, …	Premlevanje	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
B88	… ko zamižiš vidiš osebo pred sabo,…	Podoživljanje	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
B89	Ko zamižiš avtomatsko vidiš obraz osebe pa tist položaj, kako je, čeprav je ne poznaš,…	Prikazovanje obrazov	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije

B90	… ker če poznaš, je pa še težje.	Poznavanje udeležencev nesreče	Nesreča poznane osebe	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
B91	Sej pol čez cajt, to kar se zgine.	Izginjanje občutka skozi čas	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
B93	Na primer, ko je bila ta, to mi je bilo hudo. Tisti dan je bilo res hudo.	Prvi dan hudo	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
B95	Pa na vlaku nisem mogel se pogovarjat, ko so me spraševal.	Nezmožnost pogovora o intervenciji	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
B96	Ja, sem rekel, da ne vem, da nisem bil.	Delanje nevednega	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
B97	Jaz tako naredim ne, nisem bil in ne vem. Fante nisem spraševal, ne vem.	Delanje nevednega	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
B99	Ja, zaščitim sebe, ne bom govoril o teh stvareh.	Zaščititi sebe	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
B100	Tako da nerad govorim, no sploh mislim, gasilcem ja, če bi me ti poklicala,…	Pogovor s sogasilci	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
B101	… ne bomo po telefon, se bova slišali pa se dobiva, ti bom z veseljem povedal.	Pogovor s sogasilci	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
B102	Nemaram pa tmle kr enem govorit.	Zvedava javnost	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
B103	Ja. Ne maram, da me kliče kaj je bilo, …	Klici so občanov	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
B105	Tudi doma ne povem nič, kar sem že povedal, ne me spraševat. Če pridem, me ne sprašujte to. Če je hudo, bom rekel, da je, če ni hudo ni in to je to. Ne bomo se o tem pogovarjali, konec.	Ogibanje tematike intervencij doma	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
B108	Ja zdaj mi ni nič problem se pogovarjat, nič ne, ne to kar je bilo zdaj, ne prej tista, nobene, …	Brez problemov govoriti o tem danes	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
B111	… samo tiste par dni mi je hudo, pol pa ni.	Par dni hudo	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
B123	... večinoma grem naprej, samo pol ko pa pridem tukaj, ko se slečem, ko zaključimo, da grem domov, sem doma, takrat pa pol tist doleti. Sploh pa pol če me še ker vpraša, ti, si bil, kaj je bilo, sem slišal, da so šli gasilci, kaj je bilo. Ali pa po messengerju, to pa ne.	Začetek stiske po umiritvi doma	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije

B112	Ja. Tako, čas.	Predelava s časom	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
B137	To je drugo, ampak da imaš ti, da lahko, pa ne naredimo… To je,.. to te pa lahko pol žre, veš.	Stiska ob neopravljenih nalogah	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
B121	… pol ko se je tukaj preoblečem, grem domov, se stuširam. Ko se uležem, pol se mi pa takrat začne.	Začetek stiske po umiritvi doma	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C13	Fizično zahtevne bi bili sigurno kaki požari …	Požari	Fizično zahtevne intervencije	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
C14	… pa kak nedostopen teren, …	Nedostopen teren	Fizično zahtevne intervencije	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
C15	… tehnično reševanje.	Tehnično reševanje	Fizično zahtevne intervencije	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
C16	Časovno, definitivno požari.	Časovno dolgotrajni požari	Fizično zahtevne intervencije	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
C17	… prometne na težkih terenih so sploh zelo zahtevne.	Prometne nesreče na težkih terenih	Fizično zahtevne intervencije	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
C18	Prometne.	Prometne nesreče	Prometne nesreče	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
C19	Tm si najdirektneje v stiku s potencialno poškodovanimi. Najhuj je takrat.	Stik s potencialno poškodovanimi	Ponesrečenci	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
C20	Pri požaru se vse bolj počasi odvija.	Počasno odvijanje pri požaru	Fizično zahtevne intervencije	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
C21	Kadar gre pa za vse ostale intervencije pa ponavad posledice bolj hude in to tudi nekak našo družbo kroji, da pač cesta ni prizanesljiva. In ja, tud intervencije so posledično take.	Neprizanesljivost ceste	Prometne nesreče	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
C22	Smrt. Smrt je… Zelo težka.	Smrt	Smrtni izid	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
C23	Ker sam kot gasilec ne moreš nič naredit.	Nemoč gasilcev ob smrti	Smrtni izid	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
C24	Čez nekaj časa si to pač vpišeš v glavo. Ampak….	Soočanje s smrtjo čez čas	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C25	Predvsem svojce, ko vidiš, k dostikrat priletijo, ali pa druge udeležence, ki so bili v istem avtom.	Prisotnost svojcev	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
C26	To je ena sama žalost.	Žalost pri pogledu na svojce	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije

C27	Jaz mam za sabo, mislim da že ene 3 smrtne, tako da sem mel direkten stik s ponesrečencem.	Tri smrtne nesreče	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
C28	Ena izmed njih je bla tut tko, da,…. Nisem bil v neposrednem stiku, sem pa v bistvu,.. kot čist na začetku ane, bla je ena izmed dost zgodnjih intervencij.	Ena izmed prvih intervencij	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
C203	Pač prometna nesreča s smrtnim izidom…	Nesreča s smrtnim izidom	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
C29	… z otrokom v avtu.	Otrok v avtu	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
C30	Ja, ko sem začel. Mislim tam nekje. No mogoče sem bil že kako leto. Da sem mel že mejčken izkušenj ampak…	Začetek operative	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
C31	Je bil še tist adrenalin, k ga na začetku dobiš, ko dobiš poziv, tista, tista tako najbolj taka.	Adrenalin	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C32	sem pač mal miril punčko, sicer še ni vedela, za kaj se gre…	Mirjenje punčke	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
C33	Prvotno, zapora ceste. Hmm, ja, takrat smo imeli še take postopke, pa…	Zapora ceste	Vloga na intervenciji	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
C34	Nisem imel še,… zares izkušenj, da se s tem spopadam.	Brez izkušenj za spopadanje	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C35	Tako da niso bile prijetne, …	Neprijetna izkušnja	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C36	… ker pač… Sam na jok gre,…	Jok	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C37	… tudi po tem, ko razmišljaš.	Razmišljanje o dogodku	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C38	Takrat med samo nesrečo. Ja, pač, je kar je bilo. In si to tud dopoveš, …	Kar je je	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C39	… pa niti ne dojemaš tistega, to po navad pol pride…	Pride za teboj	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C40	Nemoč.	Občutek nemoči	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C41	Razlog, zakaj si gasilec je ponavad to, da bi pomagal ljudem. In ko tega ne moreš delat, je težko.	Občutek nemoči	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije

C42	Ponavad se poskušaš postavit, ne da se poskušaš, to se zgodi, v to kaj je ta oseba doživlja in... Recimo, da delček tistega tudi dožviš, …	Nenamerno postavljanje v kožo ljudi	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C43	To se potem samo poglobi.	Poglabljanje občutkov	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C44	Mislim, da se občutki bistveno ne spremenijo, …	Ne spreminjanje občutkov	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C45	Na začetku so to neki topi občutki, k ubistvu člouk sploh nima časa o tem razmišljat, …	Topi občutki v začetku	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C46	Pol, ko se to zgodi si tako, okej, to se je glih kar zgodil…	Dojemanje dogajanja	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C47	Pa se začne ta ciklanje v glavi in takrat ti občutki pridejo. Ven, na plano.	Občutki pridejo na plano	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C48	So druge intervencije, k te drugače prizadanejo, ne.	Prizadetost	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C49	Pa to, da je kak otrok vpleten.	Vpletenost otrok	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C50	Ja, še dons mi ni vseeno.	Ni vseeno	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C52	Tako da je še mal frišna rana, k se nikol v bistvu ne zacel.	Sveža rana	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C53	Pol pa vsakič, ko se nekej novga zgodi, se malo, se doda…	Seštevanje težkih izkušenj	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C54	… pa zdaj imam še mal sveže spomine v bistvu na neki, ki se je pred kratkim zgodil.	Podobne izkušnja pred kratkim	Osebne izkušnje	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C55	… sam večinokrat lahko to kar dobr izklopiš.	Izklop občutkov	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C56	To čez čas izgubiš, dobiš te občutke, kaj narediti, kaj je prava stvar. Pri večini intervencij pol, ko si že, kako temu rečt, seasoned (izkušen), ne dojemaš isto.	Lažje dojemanje skozi izkušnje	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C57	Pač navaden postopek tega, da si operativen gasilec, je da v momentu, ko dobiš poziv, razmišljaš o tem, kaj lahko in kaj boš naredu.	Razmišljanje o delovanju	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C58	Ko ti enkrat daš obleko gor, mislim da smo tud mi v društvu taki, zelo dobro razumemo, zakaj maš obleko gor.	Drugačno dojemanje v gasilski obleki	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije

C59	Da lahko narediš, kar lahko, več ne moreš, in se nekak naredi en preklop v glavi. To je pa zdej moj »job« (služba), zdej ne morem imet nekih hudih čustev, izpadov in tega.	Preklop v glavi	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C60	In tud, pač pol, drugače dojemaš.	Drugačno dojemanje v gasilski obleki	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C61	Ker si že vidu par hudih prometnih nesreč.	Izkušnje s hudimi nesrečami	Osebne izkušnje	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C62	Par ljudi, ki niso pr sebi, par ljudi celo razkosanih.	Izkušnje s hudimi nesrečami	Osebne izkušnje	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C63	Ampak tist vse skup ni tok hudo, vsaj zame, jaz nisem imel problema sami trupli.	Brez problema s trupli	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C64	Jaz sem mel problem z ljudmi, ki so bli zraven.	Prisotnost svojcev	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
C65	Sploh če je otrok. Tega pa ne morš pozabt.	Otrok v nesreči	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
C66	Ja, pa drugače gledaš stvari.	Drugačno dojemanje	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C67	Pač, na začetku je panika, kaj se dogaja, pol ne znaš čisto prav doživljati stvari, bi reku.	Začetna panika	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C68	So pa situacije, ko pa tega preklopa nimaš. To se mi je pa pred kratkim zgodil.	Brez preklopa v glavi	Osebne izkušnje	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C69	Ker sem v bistvu naletu na prometno nesrečo. Bil sem takoj zadi.	Slučajni prihod na prometno nesrečo	Osebne izkušnje	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C70	Zlo podobna situacija, ki sem jo prej opisu, isto otrok v avtu, 2 otroka v avtu.	2 otroka v avtu	Osebne izkušnje	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C71	Pa preminula mami na sprednem zicu.	Preminula mama	Osebne izkušnje	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C72	Ker nisem imel tega priklopa se mi je v bistvu… ker nisem bil v obleki, nisem mel preklopa, nisem imel cajta, da razmislim o tem, kaj lahko jaz naredim.	Brez preklopa v glavi	Osebne izkušnje	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C73	Pa, je bilo zelo neprijetno….	Neprijetno	Osebne izkušnje	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C74	Fizično, pa pač tko mentalno težke intervencije, pa ponavad dajo ful dober filing, da si nekaj naredu.	Dober občutek po uspehu	Doživljanje fizično zahtevnih intervencij	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije

C75	Tam pa nisem jaz osebno doživu občutka, da sem kdaj karkol naredu premal ali pa narobe, …	Brez občutka nemoči	Doživljanje fizično zahtevnih intervencij	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C76	… ker je zmeraj, daljši čas potekajo in tudi med intervencij ti drugače dojemaš stvari, ker imaš čas dojemat.	Čas za razmislek o poteku	Doživljanje fizično zahtevnih intervencij	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C78	Pač tiste prve minute, k so itak samo trening. Naprej pa pač doživljaš stvari bolj počas in imaš tudi čas, ne tako osebno jemat.	Počasno doživljanje	Doživljanje fizično zahtevnih intervencij	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C79	Ker se mi zdi, da to pri teh intervencijah ko so pa čustveno hude, pa to jemlješ ponavad zelo osebno, zato pa pride do takih odzivov.	Osebno jemanje izkušnje	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C80	Pa premišljevanja, pa pol, …	Premišljevanje	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
C81	… posledično ran, ane.	Rane	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
D12	Ja, tehnično je v bistvu vsaka zahtevana po svoje.	Vsaka intervencija	Fizično/tehnično zahtevne intervencije	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
D13	Najbolj zahtevne se mi pa zdijo kake take delovne nesreče, …	Delovne nesreče	Fizično/tehnično zahtevne intervencije	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
D15	Vsaka naprava, vsak ta aparat tm, vsaka zadeva je pač drugačna.	Vsaka naprava je drugačna	Fizično/tehnično zahtevne intervencije	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
D16	Ti na prometno nesrečo se lahko pripraviš tehnično, približno prčakuješ, kaj boš rezal na avtu, kaj boš delal, kako ga boš odprl, …	Priprava na prometne nesreče	Fizično/tehnično zahtevne intervencije	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
D17	… pri teh strojih pa pač nikoli ne veš, kako je sestavljen, kako dela in pol… Preden do tega prideš morš to mejčken preštudirat.	Različno delovanje strojev	Fizično/tehnično zahtevne intervencije	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
D18	Požari so pa pač v bistvu še bl nepredvidljivi kokr prometne nesreče.	Nepredvidljivost požarov	Fizično/tehnično zahtevne intervencije	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
D19	Ampak tam imaš vsaj neko ustaljeno navado, tok pa tok vode, tok pa tok cevi, tok ročnikov, približno veš, kako to funkcionira, pri teh napravah pa ne.	Ustaljen način gašenja požarov	Fizično/tehnično zahtevne intervencije	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
D20	Psihičnega, pa… ne vem,.. Ja vsaka je zahtevna s psihičnega vidika, …	Psihična zahtevnost vsake intervencije	Izkušnje gasilcev	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije

D21	… sploh če so kakšni pač udeleženci, al ki jih poznaš, …	Poznavanje udeležencev nesreče	Nesreča poznane osebe	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
D22	… al pa pač otroci ne.	Otroci	Ponesrečenci	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
D23	Ampak pač itak moraš zmeraj to tako, da se pač ne obremenjuješ, da si naredu, kar si lahko, ne.	Narediti kar lahko	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
D24	Ja zahtevna tako iz tehničnega vidika je bla ta v Predilnici.	Nesreča v Predilnici	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
D25	Ja pač en delavc je roko v mašino dobil, tako iglo, tak bat.	Poškodba roke v mašini	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
D26	… in pol smo mogl to pač nekak ven dobit mu roko, ker je pač imel prebodeno čez in tud so pač …	Prebodena roka	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
D28	Mesec, mesec pa pol, več kot dva ne.	Pred približno dvema mesecema	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
D29	Blo je pač tud pol s tehničnega vidika težko, pač karkol smo delali, se pravi s fleksarico, je iskra letela okoli, okol je blo pa dost bombaža pa nitk, se je to pač vžgal. En, dva, tri je to.	Vžig bombaža zaradi rezanja s fleksarico	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
D30	Jaa, jaz sem bil v bistvu, sem žagal tam, kjer je mel on roko čez, tako da smo potem to ven dobil,…	Žaganje mašine	Vloga na intervenciji	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
D31	Pač, kaj pa vem, intervencija kot intervencija.	Intervencija kot intervencija	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
D32	Pač, jaz probam,.. ne vem, a mam to tok v podzavesti, men nobena intervencija tko ne pusti nekih travm ali pa nekih posledic.	Intervencija ne pusti posledic	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
D33	Saj za do zdaj no. [potrka po lesu] Nisem imel nikol težav s tem.	Nikoli težav	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
D34	Pač po kakšni premišljuješ mal o tem, …	Premišljevanje	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
D35	… ampak tako da pa ne bi mogel zaspat, al pa da ne bi mogel funkcionirati normalno, to pa še pač nisem mel, hvala bogu.	Brez izkušenj za spopadanje	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
D36	Tko da je bila mogoče malo bolj taka, da je bila smrtna.	Smrtna nesreča	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
D37	Ne vem, je bila mogoče, ko smo gor v Šentjurju, smo človeka gasil oziroma v Velikem vrhu.	Gašenje človeka	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije

D38	Je blo glih za 18. rojstni dan, ja glih smo torto rezel, pa je bila intervencija, pa smo šli gor.	Intervencija na 18. rojstni dan	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
D39	Pol smo pa ke gor pršli, so pa rekl, da en človek not.	Človek v objektu	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
D40	Pol smo pa že vidl, da je mrtu. Smo pač pol ga sam pogasil, pa.. Toj to.	Gašenje človeka	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
D41	Ja, mislim, ni ti vseen ne, …	Ni vseeno	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
D42	… ampak ne smeš se obremenjevat, …	Brez obremenjevanja	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
D43	… itak si ti že preden smo bli mi poklicani, je bil on v bistvu že mrtev, a ne.	Mrtev pred prihodom pomoči	Druge olajševalne okoliščine	Olajševalne okoliščine	Najbolj zahtevne intervencije
D44	Mi smo pol samo pač prišli ke, da smo pogasil, da ne bi šel ogenj naprej.	Omejevanje ognja	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
D45	Pa da so pač, ne vem, pobral njegove ostanke, da so lahko ga pol dostojno pokopal. Verjetno, pač sklepam.	Zbiranje ostankov človeka	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
D46	Ne, res nimam težav, lahko še punco vprašaš. [se zasmeji]	Brez težav po intervenciji	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
D47	Nikoli nisem imel tko, da bi imel kak občutek krivde, …	Brez občutka krivde	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
D48	… al pa da bi rabil kako pač pomoč.	Brez potrebe po pomoči	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
D49	Ne vem, a sem zato, ker sem tak človek …	Odpornost po naravi	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
D50	… ali si ne ženem to tok k srcu, …	Ne jemanje k srcu	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
D51	… ampak verjamem, da je pa marsikateremu pa bilo takrat tudi majčkeno bolj težko, sploh če ni pričakovou.	Težje, če ne pričakuješ	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
D52	Jaz sem bil v tistemu delu že pač prštiman, kot drugi napadalec, pač druga napadalna ekipa, sem bil prštiman že v kamionu, ampak nisem dal še maske gor in sem šel z vodjo pogledat pač ke človeka in sem vedel takoj, za kaj se gre.	Pripravljenost na situacijo	Druge olajševalne okoliščine	Olajševalne okoliščine	Najbolj zahtevne intervencije

D53	Na primer, je bil pa pač še en z mano, k se je pa pač še prpravlju takrt in po tem, ko sva šla midva dejansko njega gasit, on dokler mu nisem povedal, da je to človek, ni, ni vedel, kaj moramo merkat, kaj gasimo, da pač ga ne razmeče…	Nepoznavanje okoliščin	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
D54	Ni bilo več videti, da je človek, se je vidl samo še pač notranje organe, pa pač lobanjo pa tako.	Neprepoznavna oseba	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
D55	Ampak je bilo to vse tko, pač tolk materiala čez, da pač ne prepoznaš takoj, ane.	Neprepoznavna oseba	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
D56	Ne, ni mi problem o tem sploh govort.	Brez problemov govoriti o tem danes	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
E23	Prometne.	Prometne nesreče	Prometne nesreče	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
E24	Največ dela maš.	Največ dela	Prometne nesreče	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
E25	Najbolj so, kako bi ti rekel, najbolj so zahtevne.	Najbolj zahtevne	Prometne nesreče	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
E26	Prvič, avtomobil odprt, ponesrečence ven dobit.	Delo s ponesrečenci	Ponesrečenci	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
E27	Poškodbe so, ne veš kakšne so.	Poškodbe	Ponesrečenci	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
E28	Otroci noter, ne veš kaj lahko pričakuješ. Mislim, da so te najbolj zahtevne.	Otroci	Ponesrečenci	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
E29	Tega je bilo kar nekaj, sam,… Mogoče je bila tamle dol na Logu, …	Nesreča na logu	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
E151	… to je blo že dolg let nazaj enkat pozim,…	Nekaj let nazaj	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
E30	Vem da smo tm not v enem grabnu bli in je hotel zdravnik kr, da naj mi prinesemo ven človeka.	V grabnu avto	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
E31	Sem jaz ta čas znoru, sem reku, da ne, da nej pride on najprej dol, da ga bo pregledal, potem pa,.. in je prišel dol pol.	Težava sodelovanja z zdravstvom	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
E32	Tako. Če sem jaz bil vodja intervencije, jaz sem zmeraj rekel fantje, dajmo počakat.	Počakati na odločitev zdravnika	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
E33	Bolničarjev še takrat tok ni bilo, sploh ne vem, če je kater bil od nas.	Ni bilo bolničarjev med gasilci	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije

E34	Sem reku glej, jaz sem zmerej mal cvikal, sem reku, glej nej bodo kakšne tožbe, ne vem kakšne poškodbe.	Počakati na odločitev zdravnika	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
E35	Telefoni so zdaj tud, to se vse skos snema.	Snemanje intervencije mimoidočih	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
E36	Sej vidš, sam en se mem pejla, pa te že snema. Treba bit previden…	Snemanje intervencije mimoidočih	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
E152	Dokazi so. A veš, dokazi so, snemajo,…	Snemanje intervencije mimoidočih	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
E37	Mislim, da sem bil vodja intervencije.	Vodja intervencije	Vloga na intervenciji	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
E38	Kaj pa jaz vem, jaz nisem nikoli da bi reku, da sem mel kakšne občutke.	Brez občutkov	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
E39	Jaz sem bil dokaj,… nisem bil paničen, nikoli ne.	Brez panike	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
E40	Ne. Ne. Tok sem pa bil, da sem vidu, da se s tem nau nič naredl.	Brez panike	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
E41	Mi smo se že v avtu zmenili, ko smo se peljal. Sem reku zmenite se zadaj, kater bo rezal, kater bo to,... Jaz sem zmeraj tako dal in so se fantje sami lepo zmenil.	Deljenje vlog med vožnjo	Osebne izkušnje	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
E43	Ja sej sem se mogu, sej druzga blo ni.	Obvezna vloga vodje	Vloga na intervenciji	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
E44	Je, tamle v Podšentjurju, …	Nesreča v Podšentjurju	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
E45	… k sem eno punco, ki se je utopila v bazenu, ko sem jo ven potegnu.	Utopljena punca	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
E46	Punca je hodila brat. Mislm, da je bilo februarja, leta ne vem. Je hodila knjigo brat in je bazen je bil z gumo in ko jo ona ustala se je zapeljala dol v vodo.	Spodrs v bazen	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
E47	Vode je blo cirka tam notri na 3 metre. In punce zvečer niso nikjer najdl in so šli gor pogledat in je bla notri. Pol so po vodo spustili, tok da sem šel jaz do pasu notri.	Reševanje iz bazena	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
E48	Punca me je gledala, to ne bo nikoli pozabu… Odprte oči je imela, plave oči je imela.	Gledanje v oči umrlemu	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
E49	Pa tako je imela roke [pokaže prekrižane roke pred seboj]. In tisto me je pa majčken stisnlo…	Slab občutek ob pogledu na preminulo	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije

E50	Prijet jo, privezat, da so jo pol fante ven potegnil, tako da,…	Reševanje preminule	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
E51	Ta je bila,… to se skoraj najbolj spomnem.	Najbolj zapomljiva intervencija	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
E52	Ja… Sam nikoli pa, da bi za mano pršlo. [potrka po lesu]	Brez težav po intervenciji	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
E53	Mi smo se zmeraj v avtih, ko smo šli domov, smo se mal pomenil.	Pogovor v avtu po intervenciji	Osebne izkušnje	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
E54	Recimo je bla dol tud prometna, ko je zgorel noter v avtomobilu.	Prometna nesreča z gorenjem	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
E55	Je bil noter, sem šel jaz ke do fantov, sem rekel še 3 4 komade rabim.	Oseba zgorela v avtu	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
E56	Človek je k odbojk, hrustal cel. Sem rekel kater ima srce, če bi šel z mano. Pa so šli.	Zbiranje poguma gasilcev za sodelovanje	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
E57	Nardit morš, en more. Žal.	Narediti je potrebno	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
E58	Pomagaš kokr loh pomagaš.	Narediti kar lahko	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
E59	Jaz sem predelal to, jaz glede tega nimam problemov.	Predelava	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
E60	Jaz mislim, da kar sprot predelam.	Sprotna predelava	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
E61	Vsake intervencije moraš predelat, lej pač blo je.	Predelano	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
E153	Saj dotakne se te, sam ne vem al jaz to bolj prenašam, al sem bol tak tip.	Lažje prenašanje kot ostali	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
E62	Ne vem. Marsikdo takole pravi, prav dober si, pravi, jaz ne bi mogel it.	Zgledovanje drugih gasilcev	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
E63	Men tud ni recimo, če človek umre po njega it težko. Sej tist malo čuden občutek je, k ga tam vidiš, ko leži, sam,…	Brez problema s trupli	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
E102	Recimo problem so utopljenci. Takole ga primeš, za roko, tisto gre vse dol…	Težava pri utopljencih	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
E104	Smo imeli recimo tam en premier, ko je utoplenc po sredin Save dol pripraval, …	Utopljenec na Savi	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
E105	Je bla ženska, ni imela glave, smo jo nesli zadej, jaz pa še en sva bla.	Ženska brez glave	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije

E106	Seveda sva mogla tako gor nest… Do tlele gor sem mel [pokaže do konca vratu pri glavi], samo še korak bi naredu, pa bi šlo ven, bi bruhnu.	Slabost v želodcu	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
E107	Kolega je šu ke za kombi, je vse ven zmetov.	Bruhanje kolega	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
E108	To so pa res,.. ko vidiš tiste vretenca noter,… Res ni.	Opazovanje trupla	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
E123	Dobr, če je bla smrtna žrtev, zdaj vsakega majčkeno pretrese.	Manjša pretresenost ob smrtnih žrtvah	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
F18	Ja ne vem, fizično so mi definitivno kakšni hudi požari,…	Požari	Fizično/tehnično zahtevne intervencije	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
F19	da pač grejo ljudje notr z dihalcem, ker je to definitivno en najbolj napornih fizičnih del,…	Uporaba ida	Fizično/tehnično zahtevne intervencije	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
F20	Ostalo načeloma fizično ti pomagajo neke priprave, ki jih pač imaš, ne vem vitle ali karkoli, drevesa, avto premikaš tko.	Pomoč gasilskih priprav	Fizično/tehnično zahtevne intervencije	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
F21	Psihično so mi pa definitivno intervencije, ki so kakšne prometne, …	Prometne nesreče	Prometne nesreče	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
F22	… da so ljudje noter udeleženi, …	Udeleženi ljudje	Ponesrečenci	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
F23	… pa da so mogoče mal bolj poškodovani.	Poškodbe	Ponesrečenci	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
F24	Še bolj tko naporne se mi zdijo, če so kakšni otroci udeleženi, tiste so pač tako,…	Otroci	Ponesrečenci	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
F25	… dost bolj psihično naporne oziroma pač rabiš kdaj kakšen dan, da jih daš čez oziroma pač da,… da jih pozabiš.	Dan za predelavo	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
F26	Ena je bila ziher ta, ta zadnja, ki je bila smrtna.	Zadnja smrtna nesreča	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
F27	… ko je bila mamica pa 2 otroka zadaj v avto.	Mama z otroki v avtu	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije

F28	Mamica je bla spredej pač čist stisnena.	Mama stisnjena	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
F29	V bistvu tisti clio sploh ni bil več avto, če se mene vpraša.	Nespoznaven avto	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
F30	Zadej pa vem, da smo punčko zrezal ven.	Rezanje punčke	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
F32	Tle sem imela srečo, da nisem bla tako ful ful blizu, ker je bilo ful drugih stvari za delat in nisem bila čist pri tej punčki.	Delo na drugih nalogah	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
F33	Tist, kar so me ponucal, nisem imela nobene nekaj tko vloge.	Delo na različnih nalogah	Vloga na intervenciji	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
F34	Načeloma sem nosila orodje pa pomagala tist, kar so tist moment rabil.	Priprava orodja	Vloga na intervenciji	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
F35	Ker nevem, ponavad sem jaz tista, ki gre v avto, pa ne vem, drži ponesrečencu glavo, da ga režejo.	Po navadi asistenca pri ponesrečencu	Vloga na intervenciji	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
F36	Potem ta druga intervencija, ki mi je bila pa tako… Je še zdej ne morem čist pozabit, je bila kar tko malo… Je bil pa en, tam v Ribčah. Prometna nesreča, ni bila smrtna, ne vem pa kaj je bilo s tem fantom pol naprej.	Prometna nesreča v Ribčah	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
F37	Se je pa v bistvu en fant, po moje je bil pijan, se je zaletel v kombi, …	Pijani voznik	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
F146	… v katerem sta bila oče pa en fantek, tako tretji razred mogoče.	Udeležena fantek in oče	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
F38	Ta oče je bil mal poškodovan. Nič tko neki ful.	Oče poškodovan	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
F39	Pol smo se pa s tem fantkom ukvarjal, …	Pomoč fantku	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
F40	… ampak bolj mi je blo tko »creepy« (grozljivo), ker smo tega fanta, ki je bil pijan, je bil pač ful ful nasilen.	Voznik nasilen	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije

F41	In je ful kričal, pljuval, zmerjal, tko pač res je bil… Verjeten od skupka adrenalina, alkohola in vsega, kar je blo in ga res nismo mogli nič.	Nasilje zaradi alkohola	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
F42	Pa tko meni se zdi, da je iz glave nekje krvavel, ker se ful udaril. In ga nismo pa nismo mogl umirit, nisi mu mogel glave pri miru držat.	Težava pri umirjanju voznika	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
F43	Takrat sem bla pa v avto, sem mu glavo držala.	Držanje glave ponesrečenca	Vloga na intervenciji	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
F44	No, pol ker mu niso nič mogli pomagat, so v bistvu, se je pol zdravnik odločil, da ga bo uspaval, da ga pač umiri, da ga bomo mi lahko lažje ven dal, zaradi tega, ker je bilo pač za varnost nas in njega najboljše.	Uspavanje ne sodelujočega voznika	Zdravstvo	Olajševalne okoliščine	Najbolj zahtevne intervencije
F46	In v tistemu, ko ga je uspaval, se ful spomnim, sem mu držala glavo in v tistmu, ko je on zaspal, se mu je iz ust ulila kri.	Kri lila iz ust	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
F47	To mi je bilo tko ful ena stvar, ki sem si jo ful zapomnla, ker mi je bilo res tako…	Zapomljiva intervencija	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
F48	Mislim ni mi bila tko, da bi me ful prizadela, ampak sem si jo pa nekako zapmnila zaradi tega, ker je bil tok nasilen pa tak.	Nasilni dogodki	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
F49	Ja, ja… Potem smo pa tistega majhnega fantka, ki je bil itak čist v šoku, …	Šok fantka	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
F50	… ker men se zdi, da so atija pol ne vem, so ga odpeljali pač v rešilcu, in ga je bilo ful strah …	Oče z rešilcem	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
F51	… in smo mu dal medvedka, pa smo se z njim pogovarjali. Pa tako.	Medvedek za fantka	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
F52	Ja definitivno najprej v tistem momentu, ko si tm, imaš pač sam ful adrenalina, a ne.	Adrenalin	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
F53	In če veš, da je neka smrtna oziroma pač, da je nekdo mrtev, se pa pač… Ful probaš ga ne v obraz gledat zaradi tega, ker te je ful strah, si boš to sliko vtisku v spomin.	Gledanje v oči umrlemu	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije

F54	Pol pa si pač probaš predstavljat, da je to samo nekdo oziroma pač če ga moraš prestavit, če je mrtev ali pa kakšnega utopljenca, si morš predstavljat, da je kos mesa, ker če ne te tok bolj prizadene, če razmišljaš, da je človek. Sam sebi škodo narediš. Sej se mal tko grdo sliši, ampak sam sebe morš kdaj zaščitit.	Predstavljanje ponesrečenca kot "kos mesa"	Osebne izkušnje	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
F55	Če pa pol za nazaj gledaš, ko si pa enkrat doma pa… Tist, ne vem, takoj po intervenciji, k te adrenalin spusti si kdaj tko žalosten za koga, za otroke, ki so izgubili starše…	Žalost	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
F56	… pa pač velikokrat se spomniš na to situacijo.	Spomin na situacijo	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
F57	Neke take občutke imaš, bolj žalostne oziroma otožne.	Otožnost	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
F58	Kdaj te tud skrbi, kaj bo s tem otrokom,…	Skrb za udeleženega otroka	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
F59	Ne vem, mogoče ker ful podrobno opisujem so mogoče mal neprijetni.	Neprijetni občutki ob podrobnem opisovanju dogodkov	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
F60	Ni pa tko, da bi bla nekaj čustveno ganjena zarad njih, ali pa da da bi mi blo težko o njih govorit.	Brez problemov govoriti o tem danes	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
F61	Pač bil je dogodek, na katerega nisem mogla vplivat. Nisem ga mogla spremenit, …	Brez vpliva na dogodke	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
F62	jaz sem lahko sam izboljšala situacijo in nardila sem v danem momentu vse, tukaj se pa stvari zaključijo pri men.	Brez obremenjevanja	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
G12	Ma ne vem… Mogoče bi mi kkšen požar bil bolj tko zahteven, kokr pa tehnično reševanje, …	Požari	Fizično/tehnično zahtevne intervencije	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
G13	… alpa prometne nesreče, to mi niso tok.	Nezahtevnost prometnih nesreč	Fizično/tehnično zahtevne intervencije	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
G14	To ma bolj tak adrenalinsk, pa tako malo me bolj to.	Adrenalinsko	Fizično/tehnično zahtevne intervencije	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
G15	No tisti požari, mi pa mogoče niso čist pri srcu, ampak če so pač tud grem in mi ne igra	Izogibanje požarom	Osebne izkušnje	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije

	težav, če se pa lahko izognem…				
G16	Sploh dihalca, se ga pa ognjem. To mi pa ni preveč pri srcu ne vem, ne preveč.	Uporaba ida	Fizično/tehnično zahtevne intervencije	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
G18	Ampak tist mogoče en, kaj pa bi rekla, mogoče strah ali pa predsodek, kaj bi bilo, če bi res dejansko bila tam nekje notr, da bi res ful gorelo okrog mene. Ne vem, situacije kako bi reagiral, tega mogoče.	Strah pred požari	Doživljanje fizično zahtevnih intervencij	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
G19	Prometne so mi pa tako pa.. Jih kr zaenkrat dost dobr predelujem no.	Dobro predelovanje prometnih nesreč	Doživljanje fizično zahtevnih intervencij	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
G23	Pa tud v službi me vprašajo, kako je blo pa jim rada razložim te stvari. No, njih pa tud zanima.	Deljenje informacij v službi	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
G24	Ja tud vrjetno. Nč tko, da bi ne vem pol kakšne čenče klatle okol, to ne. Ampak tako se pogovarjamo med sabo, smo res prjatli, se dobr zastopimo.	Pogovor s sodelavci v službi	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
G25	Kaj pa jaz vem, blo je že kr dosti teh smrtnih...	Veliko smrtnih nesreč	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
G26	Mogoče, kaj pa jaz vem, ta punca E., ki se je ubila s traktorjem z očetom…	Smrt punčke s traktorjem	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
G27	Kaj pa jaz vem… Skoraj mi je blo bolj tist, ko se je tale fant M. ubil.	Smrt poznanega fanta	Nesreča poznane osebe	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
G28	Tist mi je pa kar tko nekaj, k je bla bolj tako pri ta prvih…	Ena izmed prvih intervencij	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
G29	Kr nekej sem čutila, nekaj mi ni blo.	Doživljanje intenzivnih občutkov	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
G30	Bolj ja začetek je blo, bolj pri prvih.	Ena izmed prvih intervencij	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
G31	Pač tamle [pokaže s prstom prosti glavni cesti skozi Litijo] se je ubil z avtomobilom.	Smrtna nesreča z avtomobilom	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
G32	Takrt je bla U. prva tako na kraju, ni bla nič udeležena pa tako mi je bilo nekej tak čudeno, stresno,…pa ne stresno, ne vem.	Stresni občutki	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
G33	V glavnem ja, ni mi blo prijetno.	Neprijetno	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije

G34	… pol sem ga šla kropit.	Udeležba na pogrebu	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
G35	da smo šli z A. pa enga angelčka smo nesl…	Udeležba na pogrebu	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
G36	Mi je blo mal težko takrat, ampak pol je blo uredu.	V začetku težki občutki	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
G37	Pa recimo od punce E. sem se šla tud poslovit in se mi zdi, da če to nardiš, da se res,… kot da bi se poslovila.	Udeležba na pogrebu	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
G38	Recimo, jaz sem bla pri E. skoz zraven ane. Tud z mamo sem bla cel dan tm…	Preživet dan z mamo umrle punčke	Opis dogodkov	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
G39	Ja mislim, tako na videz. Starega očeta pa mamo bolj, …	Znani svojci punčke	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
G40	… ampak ja, sem bla cel dan z mamo pač pri mrtvem otroku tam in sva se pogovarjale, pa mi pripovedovala kolk je bila pridna pa te stvari.	Preživet dan z mamo umrle punčke	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
G41	To se me je mogoče tudi mal dotaknil, ampak sem tudi kar dost dobro predelala.	Težko ob mami punčke	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
G42	Mi ni težko govorit o teh stvareh, nikoli še ni blo.	Brez problemov govoriti o tem danes	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
G43	Je pa res, takrat sem pa kupila enga angelčka in ko sem šla jo kropit, sem se poslovila, …	Udeležba na pogrebu	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
G44	… ampak takrat sem pa čutila, ko sem se čist tresla, ko sem prišla pred trugico.	Tresenje na pogrebu	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
G45	Me je res mal pretreslo, ko sem pršla ven sem se mogla mal usest, da sem to predelala in to je to.	Predelava po pogrebu	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
G46	Nikoli se mi ne sanja o teh stvareh, ne, nikoli se mi ne sanja o teh stvareh…	Nikoli ne sanja o dogodkih	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
G47	Grem potem še na mašo za te, ko je blo za E. sem šla. Sem srečala mamo, smo s mal stisnl in pogovoril.	Udeležba maše za umrlega	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
G48	Ampak mi res ne igra zdaj to ene travme ali pa nekga stresa.	Brez travme	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
G49	Ja pri E. smo imel pač nalogo, da še z dvema gasilcema sidrišče naredimo, …	Sidrišče	Vloga na intervenciji	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
G50	… da spustimo del te stvari, opremo, …	Priprava orodja	Vloga na intervenciji	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije

G51	pa da pol gor potegnemo v teh koritastih nosilih.	Prenos v koritastih nosilih	Vloga na intervenciji	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
G52	Potem sem bla pa praktičen skos ob mami. S K. [reševalec] sva se mal menjala recimo no, vsak je bil nekaj časa pri njej.	Suport svojcem	Vloga na intervenciji	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
G53	Ja, ja. Cel dan, dokler je pač niso dali v trugo.	Suport svojcem	Vloga na intervenciji	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
G54	Takrt sm tut mamo stran peljala. Res, cel dan je to trajal, sodni ogled pa te stvari. Sem bla kot en suport.	Suport svojcem	Vloga na intervenciji	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
G55	Ja tam smo pa pač reševal stvari, pač odklopil smo akumulator, …	Odklop akumulatorja	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
G56	… prestavili smo ga pač v trugo…	Prenos ponesrečenca v trugo	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
G57	Njega sem mogoče bolj drugače povezovala, je bil tudi od brata sosed, čeprov osebno ga nisem poznala.	Ponesrečenec bratov sosed	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
G58	Ne vem, kr nekaj sem tisto podoživljala, mislm povezovala skupaj, ampak ne vem sicer zakaj.	Podoživljanje	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
G59	Pri E. recimo, sem včasih pomisnla kako bi bilo, kako bi jaz sama reagirala v teh trenutkih, če bi bil pač moj otroka…	Razmišljanje o nesreči lastnih otrok	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
G60	Pa tko, malo me je bilo strah, kako bom prišla v tisto situacijo, ko se bo enmu mojmu otroku nekaj naredil, kako bom jaz to v realnem svetu reagirala, kako bom predelala.	Razmišljanje o nesreči lastnih otrok	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
G61	Ampak se mi zdi, da sem dost v redu. Tko da ja, ni mi pa težko nikol govorit o tem.	Brez problemov govoriti o tem danes	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
G62	Je pa,… mislim pač en tak adrenalin gre čez tebe, mal se čudn na moment počutiš, kot da bi eni mravljinci šli čez pa pol je spet v redu.	Adrenalin	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
G63	Kakšne stvari razmišljaš zraven še pol, tako pač zraven. Kaj bi bilo pa tako.	Premišljevanje	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
G64	Jaz se spomnim te punčke, ko je k maši hodila, mela je take laske skodrane, pa tako	Spomini na umrlega	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije

	take stvari so se mi takrat vrtele, no.				
G65	Ne, ne, tud ni mi težko govorit o teh stvareh.	Brez problemov govoriti o tem danes	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
G66	Ja, tako. Sem mela že kr nekej smrtnih no.	Veliko izkušenj s smrtnimi nesrečami	Osebne izkušnje	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
G67	Se spomnim enega, ko smo ga oživljal na obvoznici.	Oživljanje na obvoznici	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
G68	Jaz sm bla zadnja, sem delala masažo srca…	Masaža srca	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
G69	… in je kri kr bruhnla mu iz ust.	Bruhanje krvi iz ust	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
G70	Sm se mogla umaknit, da ni šla v mene. Takrt je pa dohtarca rekla konc.	Odločitev zdravstvenega osebja o smrti	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
G71	Sej je hudo, se vprašaš pol kaj bi lahko še, ampak vidš, da ni več tistga, pač da je to to.	Narediti kar lahko	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
G72	Zadnja zdej je pa bla, ko smo šli ven rezat to mamo, je imela v avtu še dve hčerkici.	Nesreča mame s hčerkama	Opis dogodkov		Najbolj zahtevne intervencije
G73	Zaenkrat dosti dobr pridelujem teh stvari.	Brez težav pri predelavi	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
G74	No, včasih recimo, če se pa peljem prot Ljubljani, se pa mogoče spomnim trenutka, tukaj je bil ta, tukaj je bil ta, kako je bilo tist moment.	Včasih spomin na dogodek	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
G75	Kkšen moment, se ti pač kdaj pa kdaj, pač ti pride nazaj ne. Maš sliko v glavi. Ampak mi ni to kej grozn tko.	Slika v glavi	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
H18	Kaj pa vem…. Če je smrtni izid.	Smrtni izid	Smrtni izid	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
H19	Prometne nesreče.. Sigurno to.	Prometne nesreče	Prometne nesreče	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
H20	Tut recimo, če je tko kkšna intervencija, kaj pa vem, tehnično reševanje, …	Tehnično reševanje	Fizično/tehnično zahtevne intervencije	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
H21	… tut požar, pa da kdo umre. To je meni najtežje.	Smrt v požaru	Ponesrečenci	Izkušnje najtežjih intervencij	Najbolj zahtevne intervencije
H22	Ker ti je hudo za ljudi.	Hudo za ljudi	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
H23	Pa zlo se mi zdi, da si zapomneš to.	Zapomnitev	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije

H24	Sploh če pol pridejo svojci, alpa če so še kkšni drugi udeleženci.	Svojci	Oteževalne okoliščine	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
H25	Hmmm… Ja zdej mi prvo pride na pamet, ko je bla ne dolg nazaj, prometna nesreča s smrtnim izidom.	Prometna nesreča s smrtnim izidom	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
H26	Ja mama se je zaletela, bla je mokra cesta, slabe razmere, pa je prišlo do nesreče.	Nesreča mame v slabih razmerah	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
H27	In ona je na kraju bla mrtva.	Na kraju mrtva	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
H28	Je pa mela zadej dve deklice, hčerki. Sta bli kr zlo v šoku. Ena je bla sicer nekej poškodovana, mislm da so rekli pol, da ima zlomljeno nogo.	Udeleženi dve hčerki	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
H29	Ammm, ja tukej sm bolj nosila orodje.	Priprava orodja	Vloga na intervenciji	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
H30	Smo rezali, iznos pa tko.	Rezanje in iznos	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
H31	Prou zlo zraven nisem bla.	Brez neposredne vključenosti	Vloga na intervenciji	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
H32	Smo odklopil akumulator tud, …	Odklop akumulatorja	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
H33	… pa taki standardni postopki, zavarovat kraj in podobno.	Varovanje	Vloga na intervenciji	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
H34	Jah, kaj pa vem, sej nimaš nekih občutkov takrt.	Ni specifičnih občutkov	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
H35	Je tok adrenalina, da samo delaš.	Adrenalin	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
H36	Veš kaj morš, dobiš navodila, delaš.	Delo po navodilih	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
H37	Nima smisla, da tm nekej jokaš pa se ukvarjaš z občutki, ker to nobenemu ne koristi.	Težki občutki niso v korist	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
H38	Se zbereš, pa je.	Zbrati se	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
H39	Pa no, ne vem, sej mi je blo hudo, otroci so mamo zgubili, ampak to ni nekej, kr bi res tm zdej tuhtala.	Težko za udeležence	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
H40	Pa mislm da so zlo isti občutki, kot med intervencijo.	Enaki občutki kot med intervencijo	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
H41	K res, res nima smisla, da se nekej obremenjuješ. To te uniči.	Brez obremenjevanja	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije

H42	Ti veš, da si naredu vse kar si lahko, pomagal si, kar pa je zdej, pa nimaš kej spreminjat.	Narediti kar lahko	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
H43	Se mi zdi, da se tud s časom navadiš to tko gledat…	Navada s časom	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
H44	Zdej se prou tko ne spomnem, kaj sm takrt čutila, ampak ja sigurno.	Težje pri prvih intervencijah	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
H45	Sej rabiš čas, da se navadiš.	Navada s časom	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
H46	Ko prvič vidiš človeka, ki je mrtev je valda grozno.	Prvič grozno ob pogledu na truplo	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
H47	Ampak mogoče meni tle pomaga tud to, ker sem medicinska sestra, se tega navadiš tut med šolo. Drugač gledaš pol na to.	Medicinska sestra	Druge olajševalne okoliščine	Olajševalne okoliščine	Najbolj zahtevne intervencije
H48	In pri gasilcih ni razlike. Rabiš pa čas ja… Trdo kožo dobiš, vidš da nima smisla, da premišljuješ kaj bi blo če bi blo, ker ne morš spreminjat.	Trda koža	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
H49	Ja seveda, nimam problemov s tem.	Brez težav danes	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
H50	Se mi zdi da na splošno nimam težav s predelovanjem, …	Brez težav pri predelavi	Po intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
H51	… mam tko pošlihtano v glavi.	Pošlihtano v glavi	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
H52	Pa tut v šoli nas to naučijo. Pa na šihtu se naučiš.	Izkušnje s šole/službe	Druge olajševalne okoliščine	Olajševalne okoliščine	Najbolj zahtevne intervencije
H53	Tak člouk postaneš.	Postaneš tak človek	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
H54	Pač nekatere stvari v življenju nimajo srečnega konca.	Brez srečnega konca	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
H55	No, alpa recimo, smo oživljal enga fanta.	Oživljanje fanta	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
H56	Je bla tut prometna.	Prometna nesreča	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
H57	Pa ni preživel. Dolg smo se trudil, ampak ni blo kej za pomagat več.	Brez možnosti pomoči	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
H58	To je blo pa lep čas že nazaj…	Dolgo nazaj	Opis dogodkov	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
H59	Ja pomagala sem pri oživljanju.	Oživljanje	Vloga na intervenciji	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije
H60	Ker sem medicinka potem prevzemam take naloge velikrat.	Prevzemanje zdravstvenih nalog	Vloga na intervenciji	Opis najbolj zahtevne intervencije	Najbolj zahtevne intervencije

H61	Ja isto, adrenalin, …	Adrenalin	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
H62	… delaš, veš da daš vse od sebe in to je to.	Dati vse od sebe	Občutki ob intervenciji	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
H63	Pač sej tko no, seveda se spomnim kdaj na te intervencije, ti pride nek trenutek, se spomniš, ampak ni to nič travmatičnega.	Spomin	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
H64	Ker si v sebi pomirjen, da kar je blo je blo.	V sebi pomirjen	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
H65	Sej pomisliš pol na dobre izide, ki so bli!	Razmišljanje o dobrih izidih	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
H66	Drugač pa bi vrjetno blo, če bi kej narobe nardil.. Ampak tega pa nisem mela, k sreči.	Brez izkušnje napake	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
H67	To bi blo pa vrjetno bolj težko, da sebe kriviš.	Težje ob krivdi sebe	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
H68	Tut dons k gledam na to nimam težav,… res ne.	Brez težav danes	Pogled danes	Doživljanje	Najbolj zahtevne intervencije
A110	… glasba,…	Glasba	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
A111	… šport definitivno!	Šport	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
A112	Pol se pa navadiš počas, i guess.	Navajanje	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
A114	Ne vem kako, odvisno kako gledaš na stvari …	Pogled na stvari	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
A116	… ne smeš samega sebe mučiti s tem, sam sebe boš dobesedno ubil s tem in noben drug.	Ubijanje s premišljevanjem	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
A117	Med intervencijo, to sem preveč pod adrenlinom…	Adrenalin	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
A118	… velikokrat sploh kadar prilaufam…	Tek na intervencijo	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
A120	Prideš tja si že čist tisto, nism prišla do zraka.	Utrujenost	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
A121	Počakaj sekundo.	Umiritev	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih

A122	Sej večina intervencij ni tok hudih,…	Večinoma nezahtevne	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
A123	… da bi dejansko rabil paničart. Sej, ne, ne paničariš to ne.	Brez paničarjenja	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
A125	… mislim se navadiš.	Navada	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
A126	Vesela sem, da sem jaz začela hodit na intervencije pred izpitom za avto.	Intervencije pred vozniškim dovoljenjem	Pridobljene izkušnje	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
A127	sem se do točke, ko sem imela izpit za avto, že naučila. Okej, tukaj ne rabim hitet, normalno pelji, v redu je.	Umirjena vožnja	Pridobljene izkušnje	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
A129	Tako da to, to smo se že malo skulirala…	Umiritev	Pridobljene izkušnje	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
A130	Veliko pa vplivajo, tudi kdo je zraven tebe,	Vpliv sogasilcev	Vpliv okoliščin	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
A131	če je nekdo zraven tebe živčen, pa paničar, je groza.	Prenos panike	Vpliv okoliščin	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
A132	Mhm.	Vpliv vzdušja	Vpliv okoliščin	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
A133	… je mal pomagal definitivno v šoli, …	Izkušnje iz šole	Znanja iz drugih področij	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
A134	… smo o tem lahko govorili…	Pogovor o temah	Znanja iz drugih področij	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
A135	… sploh o nesrečah…	Pogovor o nesrečah	Znanja iz drugih področij	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
A136	… sploh o komunikaciji.	Učenje komunikacije	Znanja iz drugih področij	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
A137	… moja družba ni taka, da bi bilo to prepovedan, nezaželjen pa nekaj groznega, tudi če bi zdaj začel o samomoru, ne bi bilo to neka tabu tema,…	Pogovor v družbi	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
A138	… zdravstveni delavci, in to ni problem.	Izkušnje iz zdravstva	Znanja iz drugih področij	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih

A139	… da to definitivno pomaga.	Govor o tabu temah	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
A140	… se mi je v tem cajtu veliko drugih stvari zraven dogajal…	Okupiranost z drugimi dejavnostmi	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
A141	… nisem mogla biti sam na teh temah.	Ne fokusiranje na tematike	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
A142	… če je skos neki drugega, …	Drugo dogajanje	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
A143	… če rabiš skoz nekaj drugega organizirat …	Organizacija drugega	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
A144	… so tvoje misli drugje.	Misli drugje	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
A145	Ne, ne, ni. Morš met zapolnjen dan.	Zapolnjen dan	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
B113	Ja s prijatelji, mislim tako, da sem večinoma v družbi, …	Druženje s prijatelji	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
B114	… pa da se smejimo se, da se hecamo pa…	Hecanje	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
B115	Ja ja, da se čisto nekaj drugega,…	Misli drugje	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
B116	… da se sploh, ko pridem, da če me sprašujete, rečem ne bomo se o tem pogovarjali, ker me ni bilo zraven. Nočem glej sori, ne bomo se pogovarjali o tem, toj to.	Zaprtost do pogovora z neudeleženimi na intervenciji	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
B179	Pa šport.	Šport	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
B117	… večinoma, da sem v družbi, da nisem sam. Da gremo ven in…	Družba	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
B118	… delat, da nekaj delam, da tist študiram, veš da…	Okupiranost z drugimi dejavnostmi	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
B119	Ne, mislim ni mi še prišlo. Hvala bogu, tisti cajt da bi videl ni.	Brez stresa na intervenciji	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih

B120	Jaz, jaz vidim, sem uno žensko, videl pa je bila skrivljena, vse. Punco sem tudi videl, ni problema, vsaj jaz, če bi roko odrezala bila lahko gledal, tist cajt lahko,…	Brez problema gledat strašne prizore	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
B122	Prej sem pa pod adrenalinom pa vem kaj delam, vse čisto točno, vse vem, tudi ko grem v gasilski dom. Vse točno vem, kako pa kaj, kaj bomo delali, odvisno od poziva,	Adrenalin	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
B124	Tisto, kar smo mi pogovarjamo, ko smo tle not, sploh ni problema.	Pogovor s sogasilci	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
B125	Tako ja, jaz ko je poziv, tik tak, se preoblečem, delamo tu, delamo to, pa ko gremo se nam pol preko postaje nam pove s centra, to pa to imamo. Aha se pravi, mormo to pa to, poveljnik naredi nekej, primer reče v avtu 2 pa 2 bosta šla, ali pa reče ti boš šel, boš napadalec. Ti drugi boš podkajlal, se pravi je treba to pa to. To se pravi, vzamem to pa to pa to, samo to je moje delo, tudi naredim in fertik, ...	Poznavanje nalog med intervencijo	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
B126	Če bi rekel varovanje, grem pa na varovanje in to je to. Pol pa samo tisto delam, kar se jim reče, samo tisto delo.	Poznavanje nalog med intervencijo	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
B127	Drugače pa da bi bezlal sem pa ke, tist pa ne.	Brez paničarjenja	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
B128	Ja predvsem na začetku, ko sem tisti poziv dobil, sem vedel, kaj sem prebral, pa sem pa letu v gasilski dom, tam pa avtomatsko nisem vedel. Vem, da gremo nekam, pa vem da je neki, intervencija. Samo ne vem ne kje, ne kaj.	Začetna zmedenost na intervencijah	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
B129	Zdaj pa ni več, pa tudi naletim. Če bi piskal, ne bi letel. Mislim, nisem tist paničen, pa tist, da se izgubm. Lepo avtomatsko se oblečem, če je kaj hujšega letim, če pa ni gre pa bolj počas, ne.	Navada na odzivanje na poziv	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih

B130	Ne, ti morš na druge gledat, sploh pa če si čez cajt, ko si dlje cajta not, moraš ti sploh za unga za sabo skrbeti, ne.	Skrb za sogasilce	Pridobljene izkušnje	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
C82	Ponavad se odklopim.	Odklop	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
C83	Ne pustim si mislt slabe stvari. Da mine.	Misli drugje	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
C84	To se pravi, gledam nekej.	Gledanje filmov/tv	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
C85	Nekej delam pač.	Okupiranost z drugimi dejavnostmi	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
C86	Zamotit sem morm, čist tak.	Okupiranost z drugimi dejavnostmi	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
C87	večinoma kr to dela, ker pač trening…	Trening	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
C88	Če pa ne dela… Pač samo prestaviš. Prestaviš pol na naslednjič, ko se moraš s tem soočit.	Prestavljanje soočanja	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
C89	Fitnes.	Fitnes	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
C90	Laufanje je taka zadeva…	Tek	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
C91	Ja. Kot neka sorta meditacije.	Neka vrsta meditacije	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
C92	Pomaga, da to predelaš na bolj pozitiven način.	Predelava na pozitiven način	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
C93	No, včasih se tud zjokam. [se zasmeji]	Jok	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
C94	Nisem še tega mel, da med intervencijo ne bi zmogel… bit gasilc.	Brez težav med intervencijo	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
C95	Tko da ne vem kako bi to hendlov,	Brez ideje za način soočanja med intervencijo	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
C96	ampak se mi zdi, da tega, če res ne bo nekih hudega, da ne bo kakšna	Brez verjetnosti zamrznitve med intervencijo	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih

	meni bliz oseba, ne bom doživu.				
C97	In verjetnost je tud, če je men bliz oseba, da se bom takrat umaknu.	Umik ob nesreči bližnje osebe	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
C98	Ker tolk pa vem, da pač, če ti nisi pri stvari, lahko tej osebi škoduješ. Nardiš še slabš.	Škodovanje zaradi dekoncentracije	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
C99	Plus pa to ne, kar sem jaz podoživljav, ki so bli drugi svojci, bi pol spravljal to na vse moje kolege tm.	Prenos občutkov na druge gasilce	Vpliv okoliščin	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
C100	Kadar je tolk naporno, pa da nč ne morem glede tega nardit, se pač zadeve lotm tko, da probam odmislt.	Odmisliti	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
C101	Pa da pač počakam, da tist, kar ne morm naredit mine.	Počakati da mine	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
C102	In pol s časoma se zmerej pokaže, da lahko kej naredim in potem se lotiš tega na tak način, da pač to čim prej obdelaš.	Premislek pred ukrepanjem	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
D57	Ja, ne vem, probam se pogovort, ali s kolegi …	Pogovor v družbi	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
D58	… ali s punco, …	Pogovor s partnerjem	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
D59	… al s sotrpini, al kako bi temu reku. Pač z gasilci.	Pogovor s sogasilci	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
D62	Šport, mogoče.	Šport	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
D63	Mogoče v začetku, …	Zamrznitev v začetku	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
D64	… zato ker pač sej sem hodu na vaje pa to, ampak ti k si v začetni fazi kot prostovoljni gasilec, pa če pač nimaš tok intervencij za sabo, majčken pač mislim, zatrokiraš, še nisi tako suveren v tem, kar delaš,…	Trokiranje zaradi ne suverenosti	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
D65	… zato rajš stopiš en korak nazaj, …	Stopiti korak nazaj	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih

D66	… al pa pač daš kateremu drugemu, da on dela, ne.	Prepustitev dela	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
D67	Vsaj pač jaz sem bil tko, da sem pač rajš pustil, da je kateri drug naredu, pa sem jaz opazoval.	Opazovanje dela drugih	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
D68	Sam jaz sem bil že prvo intervencijo v bistvu »prisiljen«, taka situacija je bila pač, da smo mogl it gasit in sem pač tudi gasil, ne, …	Prisila v delo	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
D70	V redu, zato ker je bla to v bistvu neka kašča, brez ljudi, samo pač materialna škoda, ni bilo nič…	Pozitivna izkušnja	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
D71	… tako, da bi bilo treba reševanje, notranje napade izvajat, je bilo v bistvu samo gašenje od zunej. Šele pol noter, ni bilo nič za zgubit, tako no.	Nič za izgubit	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
D72	Mislim, mel sem pol enga zraven, ker tudi če sem kaj narobe naredu, mi je un povedal in pač se ni škoda nikjer poznala, ni blo napake take.	Delo z mentorjem	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
D73	Hmm.. Mislim pač, če kej tako, u službi stresa ali pa tako da moraš malo bolj razmišljat, je včasih fajn, da mičken stopiš en korak nazaj, …	Stopiti korak nazaj	Pridobljene izkušnje	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
D74	… to majčkeno bolj na široko pogledaš, da pač lažje prideš do končne rešitve. Isto pač pr intervencijah.	Pogled na široko	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
E64	Mislm da je to pogovor. To je edina stvar, k pomaga.	Pogovor	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
E65	S fanti, ko gremo iz intervencije, …	Pogovor s sogasilci	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
E66	… pa tudi doma dostikrat, z ženo.	Pogovor s partnerjem	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
E67	Ja, ja. Me rada posluša tako, da pomaga.	Pomoč žene	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
E68	Ne. Ne. Pri meni ne.	Brez posebnih tehnik sproščanja	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih

E69	Ja, alkohol nič ne pomaga. [se zasmeji]	Nesmisel alkohola	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
E70	Nekateri res utapljajo tako.	Utapljanje v alkoholu drugih	Vpliv okoliščin	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
E71	Mislm, sej če je družba se tut kakšnega spije, takole po intervenciji.	Spije "kakšnega" v družbi	Vpliv okoliščin	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
E72	Čist tako mal, da je druga tema, druga debata.	Ne fokusiranje na tematike	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
E73	Ne, ne nikoli menda, da bi blo tko. Nisem mel takih primerov.	Brez težav med intervencijo	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
E74	Mogoče sem se ustavu, pa še enkrat mal premislu kaj naredit.	Premislek pred ukrepanjem	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
E95	Saj pomoje na intervenciji ne boš zmrznu, razen če pride do kakšnega takega, da te nekaj preseneti. Sam pomoje, ne vem, pri nas je že taka rutina…	Zamrznitev ob presenečenju	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
E75	Drugače pa. Jaz vem ostali teli fantje, kar smo bli takole skup na intervencijah, ne vem, smo se kar nekako ujel.	Utečeno sodelovanje	Vpliv okoliščin	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
E76	Jaz sem jim zaupal, sem vedu, da bo fantje tako naredli.	Zaupanje med gasilci	Vpliv okoliščin	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
E77	Ja seveda, tle pa,… to je pa osnova. Tle pa nimaš kej. To je isto, ko greš v požar. S temu k greš notr mu morš zaupat. On je tvoj rešitelj.	Zaupanje med gasilci	Vpliv okoliščin	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
E78	Glej, če nista, raje povedat. Se pogovorimo.	Pogovor o pripravljenosti	Vpliv okoliščin	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
E79	To so pa samo te vaje pol, sej veš. Sam večinoma s telim našim fantom se kr da.	Pomembnost vaje za pripravljenost	Pridobljene izkušnje	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
E80	Tisto kar je pa pol poveljstvo, to je pa spet druga stvar. Spet druge zahteve, druga videnja, seveda un drugače vidi, kako delaš na intervenciji.	Drugačen pogled poveljstva	Pridobljene izkušnje	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
E81	To je bilo in bo. On bo šele videl napake, ki jih ti mogoče ne boš vedel, ki jih delaš, kar imaš rutino, ti delaš.	Opazovanje napak s strani poveljstva	Pridobljene izkušnje	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih

E82	To pa res nisem nikol študirou, kva nardim.	Ne posvečanje pozornosti za tehnike sproščanja	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
E83	No če tko rečem, mam glasbo rad, takole čez je v avtu dober komad, jaz dam na glas.	Glasba	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
F64	Ful mi pomaga, da se z družino, ker itak smo vsi gasilci, pač pogovarjamo doma o tem.	Pogovor z družino	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
F65	Kdaj tud fantu povem, ker je izven tega in pač ima drugačen pogled na to.	Pogovor s partnerjem	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
F66	Drugač pa pač probam v svoji glavi razdelat pa pač se zaščitit,…	Zaščititi sebe	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
F67	… ker itak tudi moj poklic je bolj nagnjen k temu, da moraš sebe zaščititi in se tudi v bistvu že tekom študija in tega pač prilagodiš tako, …	Izkušnje iz zdravstva	Znanja iz drugih področij	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
F68	… da nardiš nek zid okrog sebe oziroma pač neko zaščito, v katero ne pustiš glih čisto vsakemu, da pač rani tvoja čustva ali pa razmišljanja. No tako.	Zid okoli sebe	Pridobljene izkušnje	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
F69	Pač ful mi pomaga da si v glavi razlagam, da pač tud če je smrt, je pač smrt je del življenja in je v bistvu edina stoprocentna stvar, ki se nam bo v življenju zgodila.	Razdelati v glavi	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
F70	In pač kdaj pride prej, kdaj pride kasnej, ne morš vplivat na to, lahko sam narediš tisto, kar tisti moment lahko in to je to.	Smrt je del življenja	Pridobljene izkušnje	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
F71	Ne ni in je škoda, da se sekiraš in razmišljaš o tem, kaj bi blo lahko drugač, kaj če, kaj tko, pač. Brez veze.	Brez sekiranja	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
F73	Pač mogoče kdaj kakšno muziko, da poslušam in me to v boljšo voljo sprav, ampak ne tako prou zavestno.	Glasba	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
F74	Men se zdi, da ga nikol nisem mela.	Brez težav med intervencijo	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih

F75	Sem ful oseba, ki med samim adrenalinom ali pa nekim stresom, ali pa tud če se mojim bližnjim karkoli nardi, v tistem momentu se jaz priklopim v neko racionalnost.	Adrenalin	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
F76	V glavi imam samo postopke, ki se delajo, kaj se dela v določenem momentu in zelo racionalno razmišljam tisti moment in takrat jaz nimam čustev.	Poznavanje nalog med intervencijo	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
F77	Amm. Tako da ne vem, kaj bi nardila, če bi zatrokirala, verjetno bi šla mal stran, …	Umik na stran	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
F78	… pa bi mal zadihala pač.	Zadihati	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
F79	Ne vem pač, definitivno ti kdaj pač pride tko, da občutiš, da ti je hudo za tega otroka, ki je mamo izgubil, ampak ne v smislu, zdaj pa pač boš zatrokiral, no ne vem.	Odmisliti težke občutke	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
F80	In v tistem vsi stojimo okrog avta, tako na polno lije. Res, vsi samo stojimo, itak čist mokri in samo gledamo v prazno.	Gledanje v prazno	Vpliv okoliščin	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
F81	To je pa tist moment, ko mal pomisliš za nazaj, pač otrok je brez mame ostal. To je bilo edino tako, da se me je pol dotaknil.	Pomisliti za nazaj	Vpliv okoliščin	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
F82	Ni blo pač pa med samim delom. Pač je blo že konec vsega v bistvu.	Zamrznitev po koncu dela	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
F83	Ne, na intervencijah nikoli.	Brez težav med intervencijo	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
F85	Po naravi sem ful hud »overthinker« (preveč premišljuje) in vse 65-krat premislim.	Ubijanje s premišljevanjem	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
F86	In kdaj pač ne morem ugasnit svojih možganov, tud če jih zelo zelo hočem.	Težava ugasniti možgane	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
F87	In pač ni prav stresna situacija, ampak pač me pa stvari kdaj take ful banalne vržejo iz tira. Takratni pa v bistvu ful pomaga, da se pogovarjam se z ljudmi okoli sebe. Ful mi je pomagal, da sem se s	Pogovor v družbi	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih

	fantom ful pogovarjala, pa hodila na sprehod pa tako.				
F88	Pa z botrom sem se šla enkrat pogovarjat, k je pač tko čist zunanji opazovalec, ki nima nobene veze z nobenim, ampak da ti da nek drug vidik na situacijo.	Pogovor z neudeleženim na intervenciji	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
G20	Hmm, je pa res, da se pa zmerej pogovarjamo doma o teh stvareh, pa tudi fajn mi je, ker po intervencijah, če je res težka intervencija ali pa tako karkoli, mi je fajn k se usedemo pa mal poklepetamo, se kej pohecamo, pač se pogovarjamo, kako je bilo, kaj je bilo dobro pa tko.	Pogovor z družino	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
G21	To mi je tud dost pomembno, da se pogovarjaš,…	Pogovor	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
G22	… mam navado, da zmeri ven dam iz sebe, se pogovarjam z ljudmi, da na tiščim tist v sebi, da pač tko,…	Dati ven	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
G76	Včasih mi je fajn tud, ker jaz sm verna, mi je včasih tud zvečer, ko greš spat, ko se pač umiriš,… Jaz mam pač navado, da zmolim zvečer, da se zahvalim za te stvari.	Molitev	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
G77	Tko vklopiš te stvari noter, ane in se mi zdi, da je to tud lažje, to pač. Al pa greš kdaj k maši. Ne vem, da je težko al pa tko. Rečem grem pa dons k maši zarad teh pa teh stvari ali pa kakorkoli no.	Obisk maše	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
G78	Drugač pa v svojih domačih najbolj.	Pogovor z družino	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
G79	Z možem se velik pogovarjava. On je zmerej pripravljen poslušat stvari in se pogovarjava zmeraj v teh stvareh.	Pogovor s partnerjem	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih

G80	Tudi ko pridemo domov iz intervencije, če smo vsi trije, jaz pa otroka oba, tako da se pogovarjamo zmerej o teh stvareh.	Pogovor z družino	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
G81	Al pa z gasilci ali pa tko, se pokličemo tud recimo.	Pogovor s sogasilci	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
G82	Zdej po tej smrtni, k je bila ta mama, smo se že v gasilnem pogovarjal, pa tam je blo recimo že M. težko pa hudo. Je pač imel eno povezavo z njo. In se je pač tam zjokov, smo se pogovoril, pa smo se objel.	Skrb za dobro počutje sogasilcev	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
G83	Ampak drug dan sem jih poklicala. Me tud drugi pokličejo. Recimo ko je bla E. Tko, se mi zdi, da je fajn tko, te stvari kr predelaš tko, no vsaj jaz.	Klicanje med sogasilci	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
G84	Ja,… en tak trenutek sem mela. Recimo, ko se je v J. (eden od sogasilcev) eden zaletel, ko je zaspal.	Trenutek zamrznitve ob nesreči sogasilca	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
G86	Pa ne vem, kdo še bil zraven in ko smo se v gasilski avto usedel, preden smo speljal, je rekel B. sam tok vam povem, da je J. noter v avtomobilu, ga moramo izrezati ven.	Trenutek zamrznitve ob nesreči sogasilca	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
G87	In tist trenutek me je pa res tko, da me je stresl.	Občutek tresenja	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
G88	Ko smo bli tam na samem kraju, so se stvari vse sorte dogajale in meni je B. rekel naj grem v multistarja (gasilsko vozilo GVC – ZD1) po zaščito za ponesrečenca.	Iskanje zaščite za ponesrečenca	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
G89	Jaz sem šla, vedla sem kje je. Stala sem pred tistim. In nisem najdla. Gledala sem v to.	Prazno gledanje v pripomoček	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
G90	No, to je bil mogoče tak edini trenutek, k nisem vedela kje je, pa ker vem da je tukaj.	Iskanje pripomočka v stresu	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
G151	In v tistem pride B. pa pravi pa kje si zdaj, kje je zdaj, tukaj vzemi in takole vzame, direkt pred mano. In takrat sem se zbudila.	Bujenje ob besedah poveljnika	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih

G91	Noter sem gledala, ampak nisem vidla. Pred tem sem stala. Vedla sem, kam moram it, vse, ampak ko je blo pa treba zagrabit, pa nisem zagrabila.	Trenutek zamrznitve	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
G92	Ja, po moje da je blo to. Sem mal zamižikala in sem rekla aha, tukaj je, ne, okej. Pol sem šla nazaj v situacijo spet.	Streznitev ob mežikanju	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
G93	Pol mi je blo tut mal težko, ko smo ga dali ven, na bolniško posteljo, ga je treslo.	Težek občutek ob nesreči sogasilca	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
G96	Sem prosila enga gasilca, da mu je križ na čelo naredil, da je blo to to.	Križ na čelo	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
G97	Potem mi je blo pa v redu. Rešil smo kar smo lahko. Na koncu res ni bilo preveč hujšega, je v redu zdej.	Narejeno kar je lahko	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
G98	Sem potem zadihala, pa sem šla naprej.	Zadihati	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
G99	Nič kej takega. Včasih morm kej globoko vdihnt,…	Zadihati	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
G100	… tud včasih kej zarobantim, zakovnem tko mal na hitro, da me tista jeza mine.	Preklinjanje da jeza mine	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
G102	Drugač pa rada tud kakšno musko poslušam.	Glasba	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
G103	Se rada umaknem za moment, …	Umik na samo	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
H69	Veš, je kr navada že te intervencije, iz zdravstva in tko.	Navada na intervencije	Pridobljene izkušnje	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
H70	Bi rekla, da pač odmisliš, …	Odmisliti	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
H71	… greš kej druzga delat. Se zamotiš pač.	Zamotiti se	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
H72	Mah… pogovarjam se rada?	Pogovor	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
H73	No, glasbo tut rada poslušam.	Glasba	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih

H74	Da pol tko preusmerim misli. Se zamotim.	Preusmerjanje misli	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
H75	Oh…. To pa po mojem da ne.	Brez težav med intervencijo	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
H76	Takrat si čist v drugem mode-u (načinu delovanja).	V drugem načinu delovanja	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
H77	Nimaš časa »zmrznit«.	Ni časa za zamrznitev	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
H78	Veš kaj morš nardit, delaš, pomagaš, samo na tem je fokus.	Fokus	Med intervencijo	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
H79	Res ne vem kaj bi rekla. Nimam nekih navad za neko sproščanje al kaj bi rekla.	Brez posebnih tehnik sproščanja	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
H80	To so čist vsakdanje stvari, …	Vsakdanje stvari	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
H81	… gledam serije,	Gledanje filmov/tv	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
H82	… glasba, …	Glasba	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
H83	… grem ven na sprehod, čist tko…	Sprehod	Osebni načini pomoči	/	Samopomoč ob travmatičnih dogodkih
A146	Vem, da imam na voljo…	Na voljo pomoč	Strokovna pomoč	/	Preventiva
A147	… pač povem pa, da bo prišel en zunanji,…	Zunanji sodelavci	Strokovna pomoč	/	Preventiva
A148	… katerim se pač lahko o tem pogovarjam.	Pogovor s sodelavci	Strokovna pomoč	/	Preventiva
A149	Poveljniku bi povedala, pa bi zrihtal.	Obvestitev poveljnika	Strokovna pomoč	/	Preventiva
A150	Sej veš kako je to pri nas.	Notranja podpora	Strokovna pomoč	/	Preventiva
A151	Ja tukaj imaš tudi svoje metode…	Svoje metode	Lastne metode preventive	/	Preventiva
A152	Recimo pri hujših intervencijah se spomnim tudi to, preden sem bila v operativi, ko kakšen pove, jaa po tejle me je pa poveljnik prisilil, da sem ostal v PGD-ju še po intervenciji z njimi.	Ostajanje v gasilskem domu	Metode v PGD	/	Preventiva
A153	To to so kar metode, da ja, ostaneš tej družbi.	Ostajanje v družbi	Lastne metode preventive	/	Preventiva
A154	Da bi imeli prav izobraževalni program?	Nepoznavanje	Preventivni programi	/	Preventiva

A155	Mislim, da nimamo niti dost poudarka na tem še,…	Ni poudarka	Preventivni programi	/	Preventiva
A156	… če zdaj pomislim recimo, kako so potekali tečaji za operativca, pripravnika, tega niti nimaš.	Ni omembe na tečajih	Preventivni programi	/	Preventiva
A157	Ne ni poudarka, …	Ni poudarka	Preventivni programi	/	Preventiva
A158	… res večino manjših PGD-jev tega ne rabi,…	Manjši PGD-ji ne potrebujejo	Preventivni programi	/	Preventiva
A159	… ampak ti o tem praktično ne govoriš.	Ne govorimo o tem	Preventivni programi	/	Preventiva
A160	No, ja vem, sej tko tut zdravstvo funkcionira.	Podpora v zdravstvu	Pomoč izven gasilstva	/	Preventiva
A161	… jaz sem imela v bistvu bolj problemov z mojo samozavestjo, …	Problem samozavesti	Lastne metode preventive	/	Preventiva
A162	… kakor pa s kakšnimi intervencijami.	Ni težav z intervencijo	Metode v PGD	/	Preventiva
A163	To je bil večji problemi…	Problem samozavesti	Lastne metode preventive	/	Preventiva
A164	… takrat sem šla delat en, v bistvu izziv.	Samopomoč z izzivom	Lastne metode preventive	/	Preventiva
A165	… je bil 70 dnevni izziv, …	70-dnevni izziv za samozavest	Lastne metode preventive	/	Preventiva
A166	… si pač dnevu imel dvakrat dnevno treninge. Prebral si 10 strani od knjige, ki je bila za boljšo samozavest,…	Trening za samozavest	Lastne metode preventive	/	Preventiva
A167	Dost si popil vode, pa še fotko naredil enkrat dnevno, pa še en del je bil izziva.	Skrb zase	Lastne metode preventive	/	Preventiva
A168	Zdržala sem do poplav in potem časovno nisem več mogla delat, …	Ni časa	Lastne metode preventive	/	Preventiva
A169	… je bilo glih trideset dni…	30-dni vztrajanja	Lastne metode preventive	/	Preventiva
A170	… je bilo tako ja, ampak je definitivno pač pomagal.	Efektivna pomoč	Lastne metode preventive	/	Preventiva
A171	Nekako ugotoviš, ja redno moraš delati, …	Redno delo	Lastne metode preventive	/	Preventiva
A172	… to je sicer disciplinska reč, …	Disciplina	Lastne metode preventive	/	Preventiva
A173	… nekatere knjige pomagajo.	Knjige	Lastne metode preventive	/	Preventiva
A174	… je bilo to to, da se je bolj počutiš.	Boljše počutje	Lastne metode preventive	/	Preventiva
A175	… kako naj rečem, nekako motivacijsko, a lahko tako rečem.	Motivacija	Lastne metode preventive	/	Preventiva
B133	Drugače pa v društvu se pomenimo, če je kaj tazga ampak…	Pogovor v društvu	Metode v PGD	/	Preventiva
B134	Ja, poveš ne, ne vem, tu pa tu je, kako bi si lahko pomagal, pol ti pa pomoje poveljnik pove ali pa ker je, …	Notranja podpora	Strokovna pomoč	/	Preventiva

B135	… se moramo med sabo, se malo pomenimo, kaj te muči. Pa kaj mislš, da bi naredu, da bi blo boljš.	Pogovor v društvu	Metode v PGD	/	Preventiva
B136	Ampak saj če je smrtna, mi nardimo, kar lahko, ne veš, druge je, ti da narediš tm neki, pa da maš pa da ne moreš.	Zavedanje nemoči ob nudenju pomoči	Lastne metode preventive	/	Preventiva
B138	Ne, tist pa ne vem.	Nepoznavanje	Preventivni programi	/	Preventiva
B139	Ker mi imamo, na primer tudi v kliničnem centru, a veš.	Podpora v zdravstvu	Pomoč izven gasilstva	/	Preventiva
B140	… ki imajo tudi oni svoje in bi jaz lahko šel tudi kaj, ne. Bi rekel sem ta pa ta in ti tudi nudijo, sem se pozanimal, je rekla, da sploh ni problema. Prideš, se pomenimo, kadar hočeš.	Nudenje pomoči v okviru službe	Pomoč izven gasilstva	/	Preventiva
C103	Razen neko preventivo v smislu tega, da so nam povedali, kaj lahko, nimamo zares.	Brez preventive	Strokovna pomoč	/	Preventiva
C150	Tko, čist odvisen od situacije. Ponavad k niso tok hude zadeve je to tud u bistvu neka preventiva za naprej.	Preventivni pogovor	Metode v PGD	/	Preventiva
C151	Da sploh ne prideš do teh občutkov, kaj bi lahko naredu prav, kaj bi lahko naredu več, kaj bi lahko naredu boljše.	Preventivni pogovor	Metode v PGD	/	Preventiva
C104	Pač kaj lahko mi kot društvo naredimo, kar se mi zdi najbolj pomemben. Ker pač društvo je le kolektiv in tam zadeve morajo,.. morajo biti društvene, morajo biti prijateljske.	Delo v društvu	Metode v PGD	/	Preventiva
C105	In to je tudi ena izmed stvari, ki mi je mogoče po tisti hudi intervenciji ena izmed prvih pomagala. Takrat smo se usedl, smo se pogovorili o tem, refleksija.	Refleksija v PGD	Metode v PGD	/	Preventiva
C106	Vsi smo se, k smo bli na intervenciji, tisti ki je imel čs.	Pogovor udeleženih na intervenciji	Metode v PGD	/	Preventiva
C107	Mal pregovorno, pri takih zadevah gasilci radi kdaj nazdravimo. Ampak tukej pa nismo nazdravljal, alkohol je tud zadeva, ampak bolj se mi zdi kot, zdaj si pa nekaj doživel, kot neka šok terapija, glej tole	Alkohol	Lastne metode preventive	/	Preventiva

	spij, k boš lažje predelou.				
C108	Pa čist resno, pač en kozarc enga žganja, da te zapeče, potem tud mal lažje poveš kej, ker mogoče ne bi, …	Alkohol	Lastne metode preventive	/	Preventiva
C109	Preventivno so pa bolj kot, ne vem, to, kar so povedal na tečajih.	Omenjanje na tečajih	Preventivni programi	/	Preventiva
C110	Mi v društvu pač damo vsem vedet, da se lahko o tem pogovarjamo.	Notranja podpora	Strokovna pomoč	/	Preventiva
C111	Ampak zelo velik pa verjetno tud šteje, da veš, da imaš lahko pomoč, če jo boš rabu.	Zavedanje pomoči na voljo	Strokovna pomoč	/	Preventiva
C112	Preventivne ne.	Nepoznavanje	Preventivni programi	/	Preventiva
C113	A to je kot za vse prve posredovalce, nekej sem slišou.	Pomoč za prve posredovalce	Preventivni programi	/	Preventiva
C114	Slišal sem nekej malga o teh programih.	Površno poznavanje	Preventivni programi	/	Preventiva
C115	Pač verjetno sem bolj sklepu, da se gre za neko zadevo poklicne narave.	Samo za poklicne gasilce	Preventivni programi	/	Preventiva
C116	Ampak ja sej dostkrat je v gasileriji tko, da kar pač poklicni imajo, pride slej ko prej tud k nam, tudi če bi bilo samo pri njih kot tečaj. Pa če se izkaže kot neka zadeva, ki pomaga.	Začetek podpore v poklicnih enotah in prenos na prostovoljne	Preventivni programi	/	Preventiva
C117	Tle je vse tko, kokr sm se prej izrazu, v vaji.	Vaja	Lastne metode preventive	/	Preventiva
C118	Mislim, čas pa izkušnje te naredijo bol pripravljenega.	Izkušnje	Lastne metode preventive	/	Preventiva
C119	Ti se ne morš na nobena situacijo prpraut, bilo kaj je, ne moreš, ker bo zmerej drugač, k si si jo zamislu.	Pripravljenost	Lastne metode preventive	/	Preventiva
C120	Največ, kar lahko sam nardiš, pa to spet iz izkušenj izhaja, to ko nimaš izkušenj, jaz nisem bil sposoben tko racionalno razmišljat, …	Izkušnje	Lastne metode preventive	/	Preventiva
C121	… amm, ko vidš poziv, lahko pač že iz poziva dostkrat razbereš, a bo šlo za hudo intervencijo, ne. Takrat, ko se gre za hudo intervencijo, se tud ponavad tko obnašaš.	Obnašanje glede na vrsto poziva	Lastne metode preventive	/	Preventiva

C124	Če pa pač gremo na neko zadevo, ki je že iz poziva razviden, da so vsi zunaj iz avtomobila ali pa…	Obnašanje glede na vrsto poziva	Lastne metode preventive	/	Preventiva
C125	Dostikrat so te take intervencije, ki so bolj oddaljene, kr takoj vem, da se bomo šli verjetno samo pelat.	Obnašanje glede na vrsto poziva	Lastne metode preventive	/	Preventiva
D78	Programov ne poznam, …	Nepoznavanje	Preventivni programi	/	Preventiva
D79	... pač poznam pa tako, da moraš ti, če pač veš približno, v kaj boš šel, če ti piše ne vem prometna nesreča, je bolj da se pripraviš na majčken hujši scenarij, kakor bi lahko bil, zato da pač si v glavi predelaš že med potjo, ko se pelješ tja, da to ne bo pač vplival nate.	Priprava na hujši scenarij	Lastne metode preventive	/	Preventiva
D80	Ker če boš ti mislu, na primer banalen primer, boš mislu pač tam je en avto, bomo akumulator odklopil pa je to to, pol pa prideš, pa imaš 3 ljudi noter, ki jih je treba ven zrezat, lahko pa takrat pač zablokiraš zarad tega, ker pač nisi pripravljen, je lahko hujše kakor je.	Težave zardi nepripravljenosti na situacijo	Lastne metode preventive	/	Preventiva
D81	Ja, u bistvu, da se pripraviš.	Pripravljenost	Lastne metode preventive	/	Preventiva
D82	Ne, jaz ne no, pač ker nisem z nobenmu o tem še govoru.	Ne govorimo o tem	Preventivni programi	/	Preventiva
E84	Am,.. to je zdejle šele ene par let... Da se to bolj govori o tem. Prej tega ni blo, tolk.	Šele par let govora o tem	Strokovna pomoč	/	Preventiva
F63	Ammm, ful mi pomaga da, itak po takih intervencijah se tukaj usedemo v gasilnem, pa se pogovorimo tko med sabo.	Pogovor v društvu	Metode v PGD	/	Preventiva
E86	To pa ne, tud nikoli se nisem kej dost zanimal za to. Tako da res ne vem.	Nepoznavanje	Preventivni programi	/	Preventiva
E90	Nikol nam noben ni tko kej reku.	Ne govorimo o tem	Preventivni programi	/	Preventiva
E91	Pa mogoče se nisem nikoli tudi zanimal za to.	Ni zanimanja	Preventivni programi	/	Preventiva
E92	Jaz mislim, če bi policaja kakšnega vprašal, da bi sigurno kaj vedel.	Iskanje informacij v policiji	Strokovna pomoč	/	Preventiva

E93	To bi mogu povelnik kej urejat…	Potrebno ozaveščanje s strani poveljnika	Strokovna pomoč	/	Preventiva
E94	Ja on bi verjetno moral malo več tega promocije delat pa. Da bi kakšnega poslal.	Potrebno ozaveščanje s strani poveljnika	Strokovna pomoč	/	Preventiva
E99	Želodec moreš met za to.	Navada na prizore	Lastne metode preventive	/	Preventiva
E100	Sej to ne smeš tko.	Urejeno v glavi	Lastne metode preventive	/	Preventiva
E101	Sej zato pa fante mal vprašaš na intervenciji, a si sposoben, a bi šel,…	Preverjanje sposobnosti na intervenciji	Metode v PGD	/	Preventiva
E103	Sej mora pa vsak probat, ne morš drugač vedet.	Vsak mora preizkusiti sam	Metode v PGD	/	Preventiva
E109	Sigurno. Pa tud kako imaš v glavi pošlihtano, pa kolk si dovzeten.	Preverjanje dovzetnosti vsakega posameznika	Metode v PGD	/	Preventiva
F91	Pismo ne vem,… da je prou preventiva… Res ne vem.	Nepoznavanje	Strokovna pomoč	/	Preventiva
F92	Po moje je kej takega v smislu, da pač,… Verjetno obstajajo kakšni tečaji ali pa kaj takega?	Obstoj tečajev	Preventivni programi	/	Preventiva
F93	Nikol se tukej nismo nič o tem pogovarjal, nikol ni noben izpostavil, da bi bil kakšen tečaj al tko.	Ne govorimo o tem	Preventivni programi	/	Preventiva
F94	Se mi zdi na splošno gledano, če je kakšna smrt, potem poveš, da je bila od nekoga ta prva ali pa da si ga videl, da ga je pač ful prizadel, greš do njega pa ga vprašaš a si kul?	Medsebojna pomoč v stiski	Metode v PGD	/	Preventiva
F95	A bi se pogovoril, dajva se pogovorit. Vedno je nekdo, k te bo pač vprašal, a si v redu, a rabiš kaj predelat.	Preverjanje potrebe pomoči sogasilcev	Metode v PGD	/	Preventiva
F96	Ne vem, če je kdaj blo, vsaj da bi jaz vedela, da kdo ne bi mogel predelati ali sam ali z našo pomočjo.	Brez težav predelave	Metode v PGD	/	Preventiva
G104	Po pravici, nč.	Nepoznavanje	Strokovna pomoč	/	Preventiva
G107	Mogoče ne bi bila slaba zadeva.	Videnje smisla v preventivi	Strokovna pomoč	/	Preventiva
G108	Če bi mi res kkšna huda stiska pršla, da bi vedla kako si še pomagat. Da bi probala še kej drugega.	Iskanje tehnik preventive	Preventivni programi	/	Preventiva
G109	Če pa pol nebi šlo, da pa bi poiskala še drugo pomoč.	Najprej lastna pomoč	Lastne metode preventive	/	Preventiva

G110	… mi mamo enga duhovnika, ki je mene poročil, pa moža, je boter vseh otrok pa tako. No skratka, mislm da pri njemu tudi kadar koli bi poklicala, kar koli, bi mi pomagal.	Pogovor z duhovnikom	Lastne metode preventive	/	Preventiva
G111	Sem bla že v eni taki situaciji, ne v zvezi z gasilci, pa sem šla k njemu na pogovor. Mi je res velik pomenil.	Pogovor z duhovnikom	Lastne metode preventive	/	Preventiva
G112	Ja, ja, po oporo. Ga poznam res že dolg, več kot 30 let sigurno. Če bi blo kej tko bi se sigurno na njega obrnila.	Pogovor z duhovnikom	Lastne metode preventive	/	Preventiva
H84	Nič. [se zasmenji]	Nepoznavanje	Strokovna pomoč	/	Preventiva
H85	Ne, res ne. Nobene ni konkretno kej govoril prou o preventivi.	Ne govorimo o tem	Preventivni programi	/	Preventiva
H88	Ne, res, to pa ne vem.	Nepoznavanje	Preventivni programi	/	Preventiva
H89	Mogoče. Sicer nekej tko smo se pogovarjali tudi v okviru zdravstva, …	Morebitna udeležba	Preventivni programi	/	Preventiva
H90	nisem vedela, da imajo to tudi gasilci prou tko. Ampak zakaj pa ne.	Nepoznavanje	Preventivni programi	/	Preventiva
H91	Fokus na pozitivno.	Fokus na pozitivo	Lastne metode preventive	/	Preventiva
A176	Ne, nisem.	Brez strokovne pomoči	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
A177	Pri meni ne, jaz še nisem bla zraven prou pri takem pogovoru.	Skupinski pogovor	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
A178	mislim, sem slišala, zdaj pa, ne vem.	Pripovedi sogasilcev	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
A179	Bi ja, …	Morebitno posluževanje pomoči	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
A180	… verjetno ne bi šla v okviru gasilcev…	Ne v okviru PGD	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
A181	… ampak šole pa šihta, ker mi nekako,… sem več tam.	V okviru zdravstva	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
A182	Pa ni toliko osebno, …	Ni osebno	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
A183	… pa da greš kle v PGD-ju neki okol razlagat…	Govorice	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
A184	Ja saj tudi v okviru gasilcev bi na koncu povedala …	Tudi pri gasilcih	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
A185	… če jaz veliko več časa preživim na oddelku…	Več časa v službi	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
A186	… tam imamo tudi svoje reanimacije, svoje smrti, drugač potekajo stvari…	Izkušnje iz službe	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč

A187	… si mislim, da bi se hitreje skoraj tja obrnila.	Iskanje pomoči v službi	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
A188	Ne vem, če lahko rečem več podpore, …	Ni potrebe	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
A189	… bolj so situacije, da se o tem ne govori …	Premalo govora	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
A190	… ti ne boš ugotovil, da nekdo rabi podporo.	Skrivanje potrebe	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
A191	Ker so še vedno nekatere teme, o katerih ni primerno govorit recimo.	Tabu teme	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
A192	Marsikaj, recimo samomorih.	Samomori	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
A193	… ljudje pač nočejo o tem govoriti, definitivno ne.	Zadržanost ljudi	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
A194	… potem pride ven random sestankih, po sestanku recimo in se o tem pogovarjamo.	Pogovor po sestankih	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
A195	Ne vem, po pravic povedan ne vem, …	Negotovost o dodatni pomoči	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
A196	… da bi pa zdaj ful poudarka dali nato pa ves cajt obnavljal stvari pa težke dogodke.	Preveč predelovanja	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
A197	Ne vem, kako točno bi vplival na nas.	Negotovost o vplivu	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
A198	Ja, da znova in znova nekaj siliš ven ja.	Znova in znova	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
A199	Ne vem ne bi probala.	Odpor do tveganja	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
A73	… sem navajena na te stvari predelati sama…	Predelovanje sam	Osebni načini	/	Psihosocialna podpora in pomoč
A74	… ne da bi s kom šla, pa se pogovarjala o tem.	Brez pomoči	Osebni načini	/	Psihosocialna podpora in pomoč
A75	… poveš kaj je in potem te samo tako gleda, če si "v redu"…	Obsojanje drugih	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
A224	Ja tisto, skoraj na piru in to je to. Greš na pir pa si zrihtou.	Pogovor ob pivu	Osebni načini	/	Psihosocialna podpora in pomoč
A226	Pa ne ne, tako da se boš napil to res odsvetujem.	Ne opitost	Osebni načini	/	Psihosocialna podpora in pomoč
A227	Tisto je naša sprostitev ja.	Sprostitev	Osebni načini	/	Psihosocialna podpora in pomoč
B131	Jah, tisto kar vem no je, če je kaj hujšega imamo itak je v Ljubljani, mislim da, ne. Je 24 urni …	24- urna pomoč na brigadi v Ljubljani	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč

B132	… sam mi zaenkrat nismo rabili tega, da bi mogli it.	Ni potrebe	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
B141	Poveljnik vpraša, če ima kdo kaj. Zdaj, da bi se kje pomenili.	Preverjane potrebe s strani poveljnika	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
B142	Samo po navadi itak vsak reče ne, a veš.	Zavračanje pomoči drugih gasilcev	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
B143	Ker jaz, ne morem, jaz se na primer s poveljnikom pogovarjat, ko je bil isto tam, a veš, potem ne morem s S. ali pa s katerim kol, ki je bil tam, ker ve kako je, ne.	Brez želje po pogovoru s poveljnikom/sogasilci	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
B144	Ko pridemo v društvo, se ne pogovarjamo. Mi se pogovarjamo čist nekaj drugega.	Pogovor o drugih stvareh	Osebni načini	/	Psihosocialna podpora in pomoč
B145	Pol pa poveljnik vpraša, če imate kake težave, da se pogovori.	Pobuda poveljnika za pogovor	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
B146	Če bi bil pa po moje tukaj kater drug, pa bi rekel, ti dej pejt, usedi se mal, se bova midva malo pomenila, tako kot se midva zdajle, bi bili odgovori čisto drugi.	Želja po pobudi za pogovor s strani neudeleženih na intervenciji	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
B147	Mislm, da bi šel sigurno vsak, tako pa ko poveljnik reče, si mislijo ma, saj jaz nimam nič.	Želja po pobudi za pogovor s strani neudeleženih na intervenciji	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
B148	Pa tudi vidiš ti po človeku, da ni to to, ne. Da ni tisto veselje, ko smo ke leteli, pa adrenalin, kot pa pol ko nazaj pridemo.	Opažanje slabega počutja med sogasilci	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
B149	Ne vem… Mislm, ne veš kaj te bo vprašal, kaj mu boš ti povedal.	Strah pred vprašanji poveljnika	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
B150	Če imaš pa ti enga tako, ko ga ne poznaš, mu več zaupaš, ne, veš, lažje zaupaš njemu, ker ni bil tam, pa kar ne veš, kaj te bom vprašal, kot pa on, ki je bil tam, ko ima skoraj iste odgovore, ane.	Želja po pobudi za pogovor s strani neudeleženih na intervenciji	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
B151	Ker to je, ne vem, po mojem je tko v vsakem društvu, ne, ker vsako društvo, ki ima kaj, večinoma gredo drugam, ne, gredo na privat, tam usedejo.	Ne v okviru PGD	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
B152	Pa ne zato, ker je strokovno, ampak je drugače.	Druga izkušnja	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč

B153	Na primer tudi če bi prišel poveljnik zveze, ne, na primer, se tudi njemu ne bi mogel, …	Brez želje po pogovoru s poveljnikom/ Sogasilci	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
B154	… če bi pa prišel eden iz SVC-ja, ki ga tako ne poznam, mogoče na videz samo, bi midva imela pomoje čist drugačen pogovor, a veš. Ker on ne zastopi gasilstva pa bi se mrbit drugače pogovarjala, ne?	Želja po pobudi za pogovor s strani neudeleženih na intervenciji	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
B155	A veš, ker ti, ko si kot gasilec drugače gledaš, kot un.	Drugačni pogled gasilcev	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
B156	daj, daj pusti me, no. Kaj mi težiš, sej ni tok hudega, …	Strah pred vprašanji poveljnika	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
B157	… ampak čeprav zna biti, včasih zna biti res hudo, včasih pa, …	Obstoj potrebe v hudih trenutkih	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
B158	… vse odvisno prav od človeka.	Odvisno od človeka	Osebni načini	/	Psihosocialna podpora in pomoč
B160	Ja, da bi se ga poklicali, po mojem, ali pa da bi se zmenit takrat pa takrat.	Pomoč neudeležene osebe na intervenciji	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
B162	Moje bi bilo fajn, da je kaka taka. A veš.	Pomoč neudeležene osebe na intervenciji	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
B163	Problem je sploh pri teh, ki so kot na primer ta od P. brat.	Težave mlajših gasilcev	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
B165	Saj po mojem je brigada isto, ne, oni si med sabo, tudi nimajo te navade, ne, po drugih društvih je to isto tko.	Navade drugih društev	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
B166	Ja, kaj pa vem, ker mi tudi tega nimamo velik težav.	Ni potrebe	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
B167	Ja, to ti pusti. Pa čeprav bo vsak rekel, da ni, je. Čez cajt je. Kaj ti vidiš.	Izkušnja težke intervencije pusti posledice	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
B168	Mogoče bi to kdaj zalaufal, alpa,…	Možnost koriščenja strokovne pomoči	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C127	Vem, da imamo načeloma lahko posvet.	Posvet	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C128	S psihologom...	Psiholog	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C129	V glavnem vem, da imamo to na voljo.	Na voljo	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C130	Vem tud kje imajo pisarno v centru, lahko pridejo tud sem, to vem.	Prihod pomagajočega v PGD	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč

C131	… za zaščito in reševanje Ig.	Izobraževalni center za zaščito in reševanje Ig	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C132	Tud osebno sem spoznal tega človeka, k to dela, je fajn človuk.	Poznavanje pomagajočega	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C133	Pa mislim, da ni samo, no…	Na voljo več pomagajočih	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C134	Ja pa vem da imamo lahko, če pač pride do tega, da mamo težave, da smo upravičeni do nekih zdravstvenih dopustov, v smislu 100 procentno plačane bolniške.	Opravičenost do bolniške odsotnosti	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C135	Pol pa v bistvu vse s tem povezan, terapija.	Terapija	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C136	Ne, ne, vsaj ne strokovne.	Brez strokovne pomoči	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C137	Tko kot sem rekel, tisti, k smo se v krogu usedl okol in pogovarjal o tem s starejšimi in bol izkušenimi gasilci.	Skupinski pogovor z gasilci	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C138	Zmer je en pobudnik, ne.	Pobudniki pogovora	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C139	To ponavad tako izgleda, da se pač se usedemo v krog. Pa če je težka intervencija, je bl tišina.	Tišina po težkih intervencijah	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C140	Pa pač pol se pa, tako kot se ljudje pogovarjamo mal, če je kdo tega poznal pa če je komu kej hudo pa itak vidš, ker je bol za sebe.	Pogovor o drugih stvareh	Osebni načini	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C141	Zdaj ne vem, jaz imam dost v spominu, da takrat je predsednik zelo dobr nastopil.	Predsednikova pobuda za pogovor	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C142	Ponavad ta bolj zgovorni gasilci stopijo naprej.	Zgovorni gasilci stopijo naprej	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C143	A ne, ker je način dela v gasilnem in odgovornost, ki jo nosijo starejši. To se avtomatsko dol prenaša.	Prenos odgovornosti za pomoč na starejše	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C144	Tud ti, ko vidš človeka, ki ga poznaš, ti v bistvu dost blizu, ker se velik časa družimo, trpeti, mu boš hotu pomagati, ker si tak človuk, ker si pač že v osnovi takšn, ker si gasilc.	Želja po pomoči sogasilcu	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč

C146	… okej, eni se vase zaprejo. Ampak takih ne vem, če imamo dost.	Zadržanost ljudi	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C147	Če ima nekdo to predelan, pol ponavad se to rangira. In po činih in po temu, kako je človek zgovoren.	Prenos odgovornosti za pomoč na starejše	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C148	Ja, dostkrat je zdej ratal.	Pogosti pogovori v PGD	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C149	En del je tukaj tudi, da lažje predelaš. To je tud res, da v bistvu se pogovoriš z ostalim, kaj smo naredil in kaj bi lahko boljše, da potem nimaš očitanja, jaz bi pa lahka neki naredu.	Pogovor za lažjo predelavo izkušnje	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C152	Tle se ne kaže s prstom nikoli, tukaj se samo izpostavi napake.	Pozitivno izpostavljanje napak	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C154	Tist se mi pa hvala bogu še ni naredil, da bi zarad moje krivde prišlo do česa. To si pa predstavljam, da je pa še težji predelat.	Težava predelovanja krivde	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C155	In pol hkrati, ko se o tem pogovarjaš, se ponavad zadeve,.. ratajo odprte no,	Odpiranje tematike	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C156	ne govorimo o specifično od nekih čustvih, bi reku, pa v občutkih, sam, pač pridejo pa vn besede, ker to pač…	Odpiranje tematike	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C157	Mogoče mal tipična moška zadržanost glede samih čustev, ampak povemo pa si.	Moška zadržanost	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C158	Dost pomaga tudi zdej, v zadnjem času imamo veliko članic in tud mal, k nekdo o tem govori in pač ponavad so punce tiste, ki temu povejo prve. Stopiš nasproti, mislm se pogovarjaš. To je tudi zelo dobr.	Pomoč odprtosti članic za pogovor	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C159	Nekoga, nekoga pa morš imet v društvu, ki je tega sposoben naredit. K zna rečt, ne vem, da je bilo hudo, dejmo mi zdejle usedt, pa boš povedou.	Pomoč odprtosti članic za pogovor	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C160	Da ne boš domov, tega nesu.	Puščanje stvari v PGD	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C161	Ne, nikol.	Brez strokovne pomoči	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč

C162	Ne. Čist iz vidika tega, da se mi zdi, da če predelaš zadeve sam, maš pol podlago tud za naprej.	Ni potrebe	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C163	Ne da pri terapiji ne bi tega predelal sam, ker to je edini način, da to predelaš, ampak tko, no, podvržen si pritiskom od zuni.	Obsojanje drugih	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C164	On je šu pa zdaj na terapijo, pa se bo mogu,…. mogoče mal stigma, ni glih….	Obsojanje drugih	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C165	S tem takoj daš vedeti, da si ranjen.	Ranjenost	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C166	Ja, sam definitivno bi se najprej pogovoril z nekom v društvu, ki mu zaupam.	Najprej pogovor v društvu	Osebni načini	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C167	Pa se mi zdi, da bi bilo to bol efektno kt pa to, da grem na strokovno pomoč, že sam iz vidika, pristopa pa pač,… bolj kolegialnosti pa prijatu je.	Kolegialna pomoč bolj efektivna	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C168	Ti si tm s prjatlom, pa pač prjatlu poveš, k je mel mogoče celo isto izkušnjo. Pa ti on pove, sej ni tako hudo lej, sam cajt rabiš. To glej, to sem jaz naredu, je delal zame, probi.	Kolegialna pomoč bolj efektivna	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C169	Čist take, en drugega, da nekdo ve, da ti ni prijeten pa te mogoče pol čuva pred takim situacijam.	Medsebojna pomoč	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C170	Da pokaže, da mu ni vseen, to tud pomaga.	Medsebojna pomoč	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
C171	Pač tko strokovna terapija je pa se mi zdi, da bolj tako… ne manj človeška, ampak manj osebna.Iz nekih strokovnih prijemov, ki verjamem, da delajo, samo pač…	Strokovna pomoč manj osebna	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
D60	Sej ponavad po teh mal težjih intervencijah se itak usedemo v gasilskem domu. Pa si pač majčken, se pogovorimo, si vzamemo kakšno urco, pol ure zmeraj, pa se pač pogovorimo.	Skupinski pogovor z gasilci	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč

D61	Če bi pa blo kermu toliko teži, se pa pač lahko tud obrnejo na kako pomoč pa se mu zrihta.	Možnost koriščenja strokovne pomoči	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
D75	Ja vem, da pač obstaja, da v primeru ne in da imaš ti kakšno travmo po tem, da pač se lahko obrneš na terapevte oziroma psihologe verjeten,…	Psiholog	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
D76	… ker ti pač lahko pomagajo priti do tolažbe, …	Pomoč za tolažbo	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
D77	… no, da pač predelaš stvari.	Predelava stvari	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
D83	Jaz če bi rabil to, bi pač verjetno rekel poveljniku…	Informacije pri poveljniku ali predsedniku	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
D84	… ali pa pač predsedniku, …	Informacije pri poveljniku ali predsedniku	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
D85	… pa ima verjetno on kontakte, …	Na voljo kontakti	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
D86	… ko pač pridejo iz zveze.	Pomoč s strani gasilske zveze	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
D87	Drugače pa mislim da se tudi zdaj, v tem času vse na internetu dobi, te pač podatke.	Podatki na internetu	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
D88	Ampak jaz bi šel tako pač prek poveljnika.	Informacije pri poveljniku ali predsedniku	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
D89	Ja, in bi verjeten prvo od njega dobil pomoč, kot tako kot kolega …	Pomoč znotraj PGD	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
D90	… pol pa, če še zmeraj ne bi blo okej, bi pa šel tja.	Morebitno posluževanje pomoči	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
D91	Ne vem, lahko da pridejo tud sem v gasilski dom …	Prihod pomagajočega v PGD	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
D92	… ali pa pač lahko isto na Igu, ane, sklepam.	Izobraževalni center za zaščito in reševanje Ig	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
D93	Ja fajn je da pač, u bistvu tekom pogovora tud sliši kako zgodbo drugega, kako se počuti in pol prek tega lohka pač lažje predelaš, ne.	Deljenje izkušenj	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
D94	Ali pa pač,.. sam moraš biti sam do sebe toliko pošten, da pač takrat, ko je čas da daš to ven, da daš v pogovor, …	Poštenost do sebe o potrebi pomoči	Osebni načini	/	Psihosocialna podpora in pomoč

D95	da pač ne zatlačiš v sebe, pač ker s tem nič ne pomagaš.	Dati ven	Osebni načini	/	Psihosocialna podpora in pomoč
D97	Ampak to je pač, vseen se mi zdi, da lažje tako, v društvu ali pa tako s kolegi narediš, kokr pri psihologu.	Pogovor v PGD	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
D98	Vsaj pač jaz sem tak, da bi lažje se s kolegom o tem pogovoril, kokr pač v bistvu za enim tujcem.	Lažji pogovor s kolegom	Osebni načini	/	Psihosocialna podpora in pomoč
D101	Ja, jaz ja, zato ker pač imaš take kolege, k se lahko o takih stvareh pogovarjaš.	Lažji pogovor s kolegom	Osebni načini	/	Psihosocialna podpora in pomoč
D102	Jaz mislim da bi se. To je težko rečt, ampak mislim, da ja.	Morebitno posluževanje pomoči	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
D103	Po mojem, ja. Sicer jaz bi prej več stvari probal, preden bi šel tja.	Zanašanje na lastne načine pomoči	Osebni načini	/	Psihosocialna podpora in pomoč
E87	Vem, da policija ima nekaj, da ti oni lohka nekej pomagajo.	Na voljo v policiji	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
E88	Mislim, da kokr sem jaz slišal, da se da policijo neki dogovort, da pride kakšen psiholog. Zdej pa ne vem.	Psiholog s policije	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
E89	Kot gasilci, pa ne vem, pomoje da bi se preko gasilske zveze kej zmenili.	Pomoč s strani gasilske zveze	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
E110	Samo to vem, kar je,… no, da lahko tega dobiš, kaj je,… psihologa recimo.	Psiholog	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
E111	Pač jaz nisem nikoli rabu, …	Brez strokovne pomoči	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
E112	… zanimal se nisem.	Brez zanimanja	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
E113	Sam to traja… Sigurno, kokr poznam to. Po moje, če bo za tabo prišlo, bo čez kakšen teden, 14 dni.	Potreba po pomoči čez čas	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
E115	Zato je fajn, kot sem jaz recimo s pogovorom, že ko greš po intervenciji, da se fantje mal pomenijo.	Skupinski pogovor z gasilci	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
E116	Tako se da vse zment. Ni vsak za vse.	Držati skupaj	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
E117	En lahko krvi ne prenaša, ga daš pa na varovanje. Nekej tacga, sej lahko malo stran pogleda.	Deljenje vlog glede na sposobnost	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč

E118	Tukaj je pa itak bil bolj malo humor, zajebancija, saj veš v tem smislu.	Humor v društvu	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
E119	Mi smo zmeraj tako. Ko smo prišli, smo se mal med sabo, en druzga.	Kolegialna pomoč	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
E120	Čim manj smo se pol od intervencije pogovarjal.	Čim manj pogovora o intervenciji	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
E121	To smo samo takoj predelal, med vožnjo.	Predelava med vožnjo nazaj	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
E122	To je brez veze. Pač dol smo bili, naredil smo.	Menjava teme	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
E124	Pol čakaš, sediš pa se pogovarjaš, če je kaj takega, ne vem. Svoj del si naredu, pomagal si, človeka si ven spravil…	Pogovor med intervencijo	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
E125	Ne nisem. Nikoli ni blo treba.	Brez strokovne pomoči	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
E126	So zmerej taki fanti bli. Mogoče smo to tud bl tako jemal, veš. Kaj se boš pogovarjal, sej si dec…	Moška zadržanost	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
E128	Jaz,… zarad mene, tudi če se ne bi pogovarjal, vem da bom sam pri sebi to premlel.	Predelovanje sam	Osebni načini	/	Psihosocialna podpora in pomoč
E129	En pa mogoče pa res, ga bo pa žrlo.	Zavračanje pomoči drugih gasilcev	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
E130	Se tudi nabira in nabira in nabira enkrat mora pa to tud ven.	Nabiranje stiske	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
E131	Fajn, bi bilo mogoče, res ne bi bilo tole slabo.	Več pogovora o tematikah	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
E132	Je pa treba to še druge fante vprašat.	Preverjanje potrebe pri sogasilcih	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
F89	Ja pač vem, da kar se tiče poklicnih, da pač imajo vedno psihologa na voljo oziroma nekoga, da se pogovorijo.	Poklicni gasilci na voljo psihologa	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
F90	Za nas pa pač vem, da v primeru, da bi blo tok hudo, da bi, da bi pač rabil se pogovoriti, vem da pač je na voljo en psiholog, da bi se ga lahko poklicali oziroma pač neka strokovna pomoč.	Psiholog	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč

F97	Jaz mislim, da definitivno pač če bi rabil bi kot gasilec lahko dobil, ne vem, kakšno napotnico za kakšnega psihiatra ali pa karkoli, …	Napotnica za psihiatra	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
F98	… če ne drugače, pa da greš do svojega osebnega zdravnika, pa ti pač da napotnico.	Obisk osebnega zdravnika	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
F99	Ammm. Tako. Pa pač. Verjetno, da obstaja kakšen psiholog, ki je samo za nas.	Psiholog	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
F100	Ali pa kakšen psihiater, ki bi bil pač prav bolj v to usmerjen.	V gasilstvo usmerjen psihiater	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
F101	Verjetno je na kakšni spletni strani od gasilske zveze Slovenije kakšna številka, tm bi pogledala.	Podatki na internetu	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
F102	Drugač pa definitivno pač se lahko tudi poveljnika vpraša, ziher on ve.	Informacije pri poveljniku ali predsedniku	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
F103	Jaz mislim, da če bi imel kdo od nas krizo, pa da bi reku poveljniku, bi pač on poskrbel za to, da bi dobil nekdo neko strokovno pomoč, če jo pač rabi.	Informacije pri poveljniku ali predsedniku	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
F104	Če bi pač izrazil željo, jaz pa rabim nekaj, bi se mu poiskal nekej.	Na voljo	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
F105	Ja če imamo vaje, tiste enkrat na teden, pač pa vsakih vajah.	Skupinski pogovor z gasilci	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
F106	Pa po kakšni intervenciji kdaj tako, se kr velikokrat mal usedemo pa rečemo daj, ne vem, bomo kaj spil, …	Skupinski pogovor z gasilci	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
F107	… ampak ne tako v smislu, zdej bomo se ga nalil ali pa nekaj, ampak bolj za razbremenitev pa bolj smislu dajmo se malo pogovorit …	Razbremenitev	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
F108	… ali pa delamo analize intervenciji.	Analiza intervencije	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
F110	Po mojem, da ja.	Kolegialna pomoč bolj efektivna	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
F111	Definitivno je boljš, kot če pač ne bi nč.	Bolje kot nič	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč

F112	Definitivno bi se jih, ker sem v življenje že bila na točki, ko sem se jih rabila, ampak ne v povezavi z gasilci.	Morebitno posluževanje pomoči	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
F113	Se mi zdi, da je naša psiha čist tko, ful podobna kot nek organ v telesu, k pač ne vem, če si zlomiš nogo, je pač čisto isto, kakor pa če si zlomiš dušo oziroma imaš težave v glavi.	Normalizacija posluževanja pomoči	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
F114	In zarad tega nisi nič slabši človek, če se zatečeš k psihologu, psihiatru,…	Normalizacija posluževanja pomoči	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
F115	Tako. Zavedam se, da morš vsak dan gledat na to, kako si.	Gledanje nase	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
F116	Ker pač, če nisi okej, potem tudi ne morš pričakovat, da bodo vedno vsi okrog tebe okej.	Gledanje nase	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
F117	… potem rečeš, ej, razmisli o tem pa o tem, da jim daš pač mogoče drugo perspektivo al pogled, na psihologa ali pa pač kakšno drugo strokovno pomoč.	Spodbujanje k posluževanju pomoči	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
F118	Na splošno v družbi se mi zdi, da je dost tabu tema.	Tabu tema	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
F119	Jaz mislim da,… dobr pri gasilcih bi pač rekla, da sploh kakšen moški bi bol hitro šel v to in reku jaz sem pa več moški, jaz imam ego, men pa ni nič, a ne, noter bi ga pa žrl.	Moška zadržanost	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
F120	Bol iz tega vidika. Če bi mu pa nekdo rekel, dej zdaj pa res rabiš nekaj ali pa tako, pa mislim da pač bi jih večina kr pač sprejela to dobro in bi šli.	Posluževanje šele ob pobudi drugih	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
F121	Če greš pa k psihologu, če greš pa neki, si pa zdaj pač zmešan.	Stereotipično mišljenje starejših	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
F122	Pri starejših osebah se mi zdi, da je to ful bol,… mislm,…da vn seka.	Stereotipično mišljenje starejših	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
F123	Pri mlajših se mi trenutno itak zdi da mal, da se pač zdaj več poudarka da na duševno zdravje.	Poudarek na duševnem zdravju pri mlajših	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč

F124	Tako da, ja… Pri nas,… mogoče se res ne pogovarjamo nikoli prav o tem, ampak ne vem, če pa je to za nas res neka tabu temo. Jaz mislm, da bi se bili sposobni pogovarjati oziroma…	Spodbujanje pogovora v PGD	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
F125	Ja, ja mislim da definitivno ja, medsebojna pomoč.	Medsebojna pomoč	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
G105	To fantje zmerej povejo, da če rab kdo pomoč ali karkoli, da se da dobit, …	Na voljo	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
G106	… da lahko zaprosimo, da obstajajo številke pa ljudje, k se lahko na njih obrnemo v takih situacijah.	Na voljo kontakti	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
G113	No pa pač to, da obstaja, da ga lahko poiščemo, to edin vem.	Na voljo	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
G114	Ja verjetno, da so to prov ljudje, ki se s tem ukvarjajo, so pač profesionalci, se s tem ukvarjajo.	Profesionalci	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
G115	Ne vem, psihologi.	Psiholog	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
G116	Te ljudje mislim, da je pač to njihov poklic.	Njihov poklic	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
G117	Ja ne vem, jaz bi po mojem vprašala, če bi vedela, da rabim, bi vprašala poveljnika pa predsednika.	Informacije pri poveljniku ali predsedniku	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
G118	Lahko pa da se je že kdo posluževal v našem društvu, ampak tega ne vem, nisem nikol raziskovala.	Morebitno posluževanje pomoči drugih	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
G119	Ja po intervencijah, kakšna analiza al pa prec ko pridemo v garažo največkrat.	Analiza intervencije	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
G120	Se usedemo v krog, kle k se punce preoblačmo, kej popijemo al kkšno pivo ali kkšen sok pa pol debatiramo o tisti situaciji, kakršna je bla.	Skupinski pogovor z gasilci	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
G121	Že dolg časa imajo to navado. Ta generacija, k so zdej zlo aktivni, se mi zdi, da so se pogovarjal te stvari.	Navada pogovora po intervenciji dlje časa	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
G122	To je fajn, no, da se pač pogovori.	Skupinski pogovor z gasilci	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč

G123	Je bil pa zanč primer, da pa poveljnik skliče pač analizo intervencije.	Analiza intervencije	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
G124	Včasih, če je bolj tko intervencija, k je bil požar v soboto, smo bil dolg tm, pa smo se že vmes kej pogovarjal te stvari.	Pogovor med intervencijo	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
G125	Zaenkrat mi je zadost.	Ni potrebe	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
G126	Lahko pa bo prišel trenutek, ko mi bo pa premal.	Morda v prihodnosti več potrebe	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
G127	Ja, bi. Ne bi se zapirala v sebe.	Morebitno posluževanje pomoči	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
G128	Tud če bi doma vidli, da me to pač mori ali kakorkoli, jaz mislm, da bi me tudi doma spodbudil, da grem.	Spodbujanje k posluževanju pomoči	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
G129	Men se zdi, da to ni nč sramotnega.	Nič sramotnega	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
G130	Ker nekateri pa to mogoče gledajo s tega stališča. Pa se zapirajo, ne dajo iz sebe.	Zapiranje vase drugih	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
G131	Jim je to tabu tema. Men pa res ni.	Tabu teme	Zadržki	/	Psihosocialna podpora in pomoč
G132	Ja, sigurno je kakšen tak, da to samo v sebe srka, ker to ni v redu, ne, to morš dat ven iz sebe.	Treba dati ven	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
H86	Vem da so te psihologi in to, …	Psiholog	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
H87	… pogovori,…	Pogovor	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
H92	Ja no to pa je pogovor s psihologom ane.	Psiholog	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
H93	To imamo v zdravstvu zelo podobno.	Podobno v zdravstvu	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
H94	No pa potem tut med gasilci, da se kej pogovorimo.	Pogovor v PGD	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
H95	Jst bi se obrnila na poveljnika. Oh sigurno to pozna, bi uredil to.	Informacije pri poveljniku ali predsedniku	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
H96	Amm. Bi rekla da ziher na Centu za zaščito in reševanje.	Izobraževalni center za zaščito in reševanje Ig	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
H97	Pa tko v zdravstvenem domu tut ane.	Zdravstveni dom	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč

H98	To nas pa poveljnik vedno vpraša po intervenciji, no če je kej hujšega, če kdo kej rabi.	Preverjanje potrebe s strani poveljnika	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
H99	Da se pogovorimo.	Pogovor v PGD	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
H101	Nam pomaga to, da mal podelimo kaj je blo, kako vsak vidi to. Kaj smo delali, a bi blo lahko kej boljše. Na tak način.	Medsebojna pomoč	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
H102	Ja čist tko, usedemo se v gasilnem, pa kdo da pobudo, pa kej pove, pol pa še ostali kej dodamo.	Skupinski pogovor z gasilci	Oblike pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
H103	Ne, ne nikoli. Ni blo potrebe.	Brez strokovne pomoči	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
H104	Se mi zdi da kr sama to predelam. Nimam težav.	Predelovanje sam	Osebni načini	/	Psihosocialna podpora in pomoč
H105	Ja, to pa seveda.	Morebitno posluževanje pomoči	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
H106	Ker vem kako je to pomembno, da imaš mir v glavi.	Mir v glavi	Osebni načini	/	Psihosocialna podpora in pomoč
H107	Nimam nobenih predsodkov pred tem.	Brez predsodkov	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
H108	Kaj pa vem. Mislm, da pr nas ni nobene hude potrebe.	Ni potrebe	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
H109	Sami velik nardimo. S temi pogovori recimo.	Zadosti pogovori v PGD	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
H110	Imamo kar okej urejeno. Več za enkrat ne rabimo.	Dobra ureditev sedaj	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
H111	Če pa bi bila potreba bi se pa sigurno kej drugač zorganiziral.	Ob morebitni potrebi drugačna ureditev	Dodatne potrebe	/	Psihosocialna podpora in pomoč
H112	Vedno se nardi tko, da je za vse dobro. Da vsak dobi kar bi rabil.	Vsak dobi kar rabi	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
H113	Ja med sabo smo res tako,… povezani. Si pomagamo.	Medsebojna pomoč	Deležnost pomoči	/	Psihosocialna podpora in pomoč
A200	Ne prav velik.	Nepoznavanje področja	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
A201	Mislim vem, da so.	Obstoj	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
A202	Ja so tudi za pogovor, …	Za pogovor	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
A203	… ampak niso strokovnjaki…	Niso strokovnjaki	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
A204	Ja vprašanje, kolk bi se ljudje odzvali na to.	Odzivnost gasilcev	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki
A205	Že skoraj za sprobat, kdo bi dejansko hotel	Interes	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki

	pridet pa se začet pogovarjati z njim.				
A206	Ja, mislim sploh zaradi tega, ker nas je velik…	Veliko gasilcev	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki
A207	… če imaš veliko ljudi, se avtomatsko grupirajo med sabo…	Grupiranje	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki
A208	… nočejo vsi govoriti o vsem teh stvari.	Neodprtost	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki
A210	… tukaj, da bi nas več kot 40 dal na kup pa hotel, …	Težava z zbiranjem ljudi	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki
A211	… vsi pred vsemi govorimo to pa vrjetno da ne.	Sram	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki
A212	Mogoče za kakšnega bolše, za kakšnega ne, …	Odvisno od posameznika	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki
A213	… če ne drugega bi, ja, veliko tudi lažje govorijo s tujcem.	Pogovor s tujcem	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
A214	Bi bila pa definitivno ozaveščenost boljša.	Ozaveščenost	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
A215	In bi ta socialni delavci če ne drugega lahko videl, da nekdo neki res rabi pomoč, …	Socialni delavec	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
A216	… bi bilo zelo zaželeno.	Zaželena pomoč	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
A217	Zaupnik, ki ima to, socialno, ne vem katero izobrazbo.	Socialna izobrazba	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
A218	Ne vem, tudi pol najdeš kakšnega drugega gasilca komu poveš to.	Pogovor z gasilcem	Kolegialna pomoč	/	Gasilski zaupniki
A219	To zna bit kar random izbira in komu potem jamraš.	Jamranje	Kolegialna pomoč	/	Gasilski zaupniki
A220	Ja definitivno, …	Olajšanje	Kolegialna pomoč	/	Gasilski zaupniki
A221	sploh ko dobiš kakšno zanimivo reakcijo nazaj	Zanimive reakcije	Kolegialna pomoč	/	Gasilski zaupniki
A222	Tako ko veš, da nekdo ve, nekdo res razume to in malo lajšaš stisko.	Lajšanje stiske	Kolegialna pomoč	/	Gasilski zaupniki
A223	Ja, zraven in podobne izkušnje…	Podobne izkušnje	Kolegialna pomoč	/	Gasilski zaupniki
B169	Tist pa po pravici povem, ne vem nič.	Nepoznavanje področja	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
B170	Kar sem enkrat bral da so, kdo so, v tistem letaku ko je bil, so gasilci pa so to dosegel.	Branje o tematiki	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
B171	Samo sta v brigadi zaposlena, da sta tako, al so 3 celo.	Zaposleni v brigadi Ljubljana	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
B172	To pomojem določjo, samo to nam poveljnik ni nč povedal.	Neozaveščenost s strani poveljnika	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki
B173	Da pomagajo gasilcem, pa ne vem kako majo to, da so glih tako normalno gasilci…	Pomoč gasilcem	Kolegialna pomoč	/	Gasilski zaupniki

B174	Ja bi, po moje, če bi se takole dobili. Jaz mislim da bi no, da bi se malo pomenila.	Zaželena pomoč	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
B175	Kako bi on s svoje strani gledal, kako sem pa jaz gledal svoje pa, veš, da bi si pol majčkeno povedala, pa je bilo veliko lažje,	Drugačen pogled na stvari	Kolegialna pomoč	/	Gasilski zaupniki
B176	Sploh pa na primer, če je bila skupi na intervenciji ne, da bi vedel kako in kaj je bilo.	Soudeleženost na intervenciji	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
B177	Ne, jaz ne, da bi se midva pogovarjala z njim.	Brez izkušnje	Izkušnje	/	Gasilski zaupniki
C173	Vem, da imajo dežurstva.	Dežurstva	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
C174	Ja pač v bistvu u smislu... da če bi bila neka huda pizdarija, so oni tako kot dost gasilcev, na poziv in so se primorani odzvat temu.	Na poziv	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
C175	Emmm, ne vem, ne poznam primera, ko bi mogl, verjetno prav tako kot okej, zdaj pa moramo iti nujno. To so stvari, ki se čez cajt ponavad pokažejo.	Ne nujnost urgentne pomoči	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki
C176	Vem, da ti gasilski zaupniki pač niso sam gasilcem namenjeni. Na splošno tudi vojski, policajem, vsem…	Namenjeni vojski in policiji	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
C177	Ja vem, k majo tudi čin v operativi, a ne?	Čin v operativi	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
C178	To so gasilci, kolikor vem.	Gasilci	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
C179	So tudi zaposleni, imajo svoj čin, narejeno majo gasilsko šolo, vsi.	Zaposleni z gasilsko šolo	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
C181	Samo enga poznam tako, kot sem rekeu, poznam iz Iga pač.	Poznana oseba	Izkušnje	/	Gasilski zaupniki
C182	Vem, da smo se o tem pogovarjal…	Pogovor o delu zaupnika	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
C183	Mogoče mečem v isti koš, ampak,…	Ne ločevanje pomagajočih	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki
C184	Nam je rekel fantje ne se bat tega, ker pač ne gre za drugo kot pogovor z vidika, da sprostiš to breme, ki ga imaš na nekoga drugega.	Pozitivni vidik pogovora	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
C185	In pač tako, zlo prijeten je bil, je…	Prijetna oseba	Izkušnje	/	Gasilski zaupniki
C186	Hm, mogoče za novince ja.	Pomoč novincem	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
C187	Da bi bil ta človek pač kot naš, pa da bi bil on tisti, ki bi vodil te pogovore, …	Vodenje pogovorov v PGD	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki

C188	… mislm, da bi lahko tud mal mentaliteto spremenil… Glede čustev pa tega.	Sprememba mentalitete čustev	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
C190	Tako da ja, mislim da bi pomagal.	Zaželena pomoč	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
C189	No škodl sigurno ne bi. Če imaš nekoga v društvu, ki neki več ve.	Zaželena pomoč	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
C191	Mogoče za mal bolj zapostavljene teme ne, dokler ne rabiš govort ne govoriš,…	Razkrivanje zapostavljenih tem	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
C193	Ampak to glede samih občutkov pa mentalnega zdravja, je pa dostikrat zapostavljen.	Govor o mentalnem zdravju	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
C194	Ker je to pač tko kot vse zadeve, to je pol doma. Včasih so mel tut mentaliteto, da je to tvoja stvar. Tega je še kar dost, ne.	Sprememba mentalitete čustev	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
C195	Mogoče sploh ne bi rabil biti tam, samo edn izmed nas, pa da ima nek znanje.	Zaupnik v PGD	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
C196	Da bi bil na teh zadevah zraven, kot gasilc ki je bil, pa da bi vodil te zadeve ne bi nič škodil.	Soudeleženost na intervenciji	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
C197	Mogoče je zdaj predsednik to zadevo zelo dobr prevzel, se ful briga za vse nove, pa to kaj občutijo.	Vodenje pogovora s strani predsednika	Kolegialna pomoč	/	Gasilski zaupniki
C198	Tega jaz na začetku ful nisem bil deležen, …	Ne deležnost pomoči v začetku	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki
C199	Ful dober se mi je zdel, ko so mel zdej pred kratkim novinci eno težko izkušnjo, pa jih je lepo pomiril, je bil zraven in ja…	Pomoč predsednika v težki situaciji	Kolegialna pomoč	/	Gasilski zaupniki
C200	To so pol une izkušnje, ki jih pol, pa tudi če si tak človek, da znaš to prenest, preneseš naprej.	Prenašanje pozitivnih izkušenj	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
C201	Jaz osebno še nisem prenašal tega naprej, bom pa sigurno enkrat bil v tej vlogi.	Želja po prenašanju pozitivnih izkušenj	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
D104	Ja u bistvu to, kar sem že povedal. Da pač se lahko pogovoriš ko rabiš in to je to.	Za pogovor	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
D105	Ja ne vem, verjetno so tud kaj v gasileriji, kej s tem povezani, …	Povezano z gasilstvom	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
D106	… ampak so verjetno tud strokovnjaki, mislim šolani.	Strokovnjak	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
D107	Itak ja, mislim, vsaka stvar je bolj kot nič.	Bolje kot nič	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki

D108	Pa pač glede na to, da so dali že kake podobne stvari čez, ti tud lahko iz svojih izkušenj pomagajo predelat tisto stvar, pač ti znajo dat tak nasvet.	Dajanje nasvetov iz izkušenj	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
D110	… ker smo kr, se kar pogovorimo, če je treba.	Brez potrebe v PGD	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki
D111	Ne vem, no kar se mene tiče, ne no.	Brez potrebe v PGD	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki
D112	Lahko pa da bi kermu bol pomagal.	Dodatna pomoč drugim gasilcem	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
D113	Mislim da ne, no, ne vem, če bi to tok pripomoglo k temu.	Brez potrebe v PGD	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki
D114	Da bi bil en tle. Se mi zdi, da vseen se ne bi toliko poslužil tega, kakor bi se lahko.	Majhna verjetnost posluževanja	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki
D115	Ne vem. Lahko da zato, ker bi ga verjetno vsi poznali.	Poznana oseba	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki
D116	Ne vem, ne vem pač. Mislim, da če že greš za to, se pravi, da pač rabiš pomoč, je fajn tudi majčkeno da okolico zamenjaš, …	Menjava okolja ob deležnosti pomoči	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki
D117	… da mogoče majčkeno drugače pogledaš pol na to stvar.	Drugačen pogled na stvari	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki
D118	Ja če so take intervencije, se mislim, da se kar tako no, pogovorimo vsakič, ko se vidimo, …	Zadosten pogovor v PGD	Kolegialna pomoč	/	Gasilski zaupniki
D119	… če je pa kaj takega hujšega, pa da kdo zazna, da je pač bil kdo majčken bolj čustveno prizadet, se pa pač med sabo ali zmenimo, da ga se kaj pokliče ali pa tako, da se kaj dobimo pa…	Nudenje pomoči sogasilcem	Kolegialna pomoč	/	Gasilski zaupniki
E133	Nič.	Nepoznavanje področja	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
E134	Sem, to sem slišal, …	Obstoj	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
E135	sam nikol se pa nisem zanimal kdo je to, kaj je to, za kaj se gre.	Brez zanimanja	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
E136	Nam ni nikoli to povedal noben.	Neozaveščenost	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
E138	Jaz bi raje vidu, da bi pršu en tak, ki te ne pozna.	Poznana oseba	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki
E139	Ja tle te poznajo. On,… recimo lahko sta kej v konfliktih. Z vsem se ne zastopiš zmeraj.	Poznana oseba	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki
E141	Sej bi šel lahko naš v eno drugo društvo. Je pa	Odhod v drugo društvo	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki

	to spet koliko se pa kater drugmu odprl.				
E142	Ja to je odvisno. Tud če drug pride, a mu zaupaš, če je gasilc mogoče, bi se mu pa odprl.	Odhod v drugo društvo	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki
E143	Sej to vidš skos pogovor. Odvisno spet tematika, zakva se gre, zakaj ima probleme...	Odvisna vrsta problemov	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki
E144	Absolutno, to bi mogu bit.	Potreba po zaupniku	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
E145	Posebno za take društva, kot smo mi. Če bi bla šansa.	Potreba po zaupniku	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
E146	No pa tut če bi šu en od naših.	Eden od notranjih gasilcev	Kolegialna pomoč	/	Gasilski zaupniki
E147	Ampak po mojem bolj, da bi en drug pršu. Moj mišljenje je tak.	Nepoznan gasilec	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
E148	Po moje da z gasilcem.	Pogovor z gasilcem	Kolegialna pomoč	/	Gasilski zaupniki
E149	Že zaradi teme, da se maš z njim kej za pogovarjat.	Pogovor z gasilcem	Kolegialna pomoč	/	Gasilski zaupniki
E150	Ker ti se moraš pogovarjat od intervencije, do tiste stvari, ki te je prizadela.	Pogovor z gasilcem	Kolegialna pomoč	/	Gasilski zaupniki
F126	Vem, da obstajajo. [se zasmeji]	Obstoj	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
F127	Vem, da so pač to navadni gasilci oziroma pač ljudi, ki so povezani z gasilstvom.	Povezano z gasilstvom	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
F128	K majo men se zdi nek tečaj narjen, al neki na to foro.	Opravljen poseben tečaj	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
F129	In pač so tm in se načeloma pač lahko njemu zaupaš,…	Zaupnik	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
F130	Po navad so v kakšnem društvu…	V društvu	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
F131	… ali pa, ne vem, tudi verjetno lahko najdeš kakšno je njihovo številko na internetu…	Številka na spletu	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
F132	Po moje bi bil pogoj, da si vsaj nekaj časa v operativi….? Ne vem, zih po moje vsaj 5 let.	5 let v operativi	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
F134	Ja sej zih ne more bit kr nekdo to. Niso pa pač to ljudje, ki imajo neko izobrazbo oziroma pač so strokovno podkovani,…	Strokovnjak	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
F135	… ampak so bol z vidika, da ti pač pomagajo tistem ta hudem momentu, da mal k sebi prideš oziroma da je nekdo, ki te posluša.	Pomoč v hudem momentu	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki

F136	Ja pač, če bi bil res aktiven oziroma pač da bi opravljal to nalogo, ne da bi se sam z njo pač hvalu, bi definitivno pripomogu k nekemu delovanju društva oziroma pač psihičnem stanju ljudi.	Izboljšano psihično stanje PGD	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
F137	Da bi se res izvajali ne vem enkrat na 3 mesece pogovori oziroma karkoli podobnega.	Skupinski pogovor na tri mesece	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
F138	Ampak…. Vseeno mal dvomim, da bi bli ljudje, ki bi bili zainteresirani za to, da bi bli na takih pogovorih.	Interes	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki
F139	Ne vem, ker se mi zdi, da je ful to neka postranska stvar, ki jo ljudje dojemajo, da je pač to sam… Da to rešuješ, ko maš že težave s tem, ne pa prej.	Dojemanje psihosocialne pomoči kot postranske	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki
F140	Pismo, ne vem. Po moje, če bi bila oseba, ki jo poznam, pa da sem pokonektana z njim, da se dobro razumem s to osebo, pol bi blo kul, če bi bila to ta oseba.	Pogovor z gasilcem	Kolegialna pomoč	/	Gasilski zaupniki
F141	Drugač pa, če bi bil nekdo drug, ki ga pač ne poznaš,… Veš, da ima mogoče mal drugačno perspektivo na vse.	Drugačna perspektiva	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
F142	In da te ne pozna na takšen način in te mogoče ne more obsojat al pa pač si neke predstave o tebi ustvarit na način.	Nepoznan gasilec	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
F143	Pač obe stvari imajo prednosti pa slabosti, ne vem kaj je boljš. Jaz ne vem za kaj bi se pač odločila, odvisno od situacije.	Odločitev glede na situacijo	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
F144	V tem primeru bi blo lažje, da bi bil nekdo izmed nas. Zarad tega, ker je bil tam, ve pač kako je in bi pač skupaj naredil nek pogovor.	Pogovor z gasilcem	Kolegialna pomoč	/	Gasilski zaupniki
F145	Ker pač unmu, k bi prišel, pa ne bi nič vedel, bi pač mu mogel razložit kaj je blo, kako je bilo…	Dodatno opisovanje okoliščin	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki
G133	Gasilski zaupniki… To sem tud že enkrat nek slišala.	Obstoj	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
G134	Sam ne vem čist točno, kaj je čist to.	Nepoznavanje področja	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki

G135	Če si prov razlagam, da je to nekdo, pač iz gasilskih vrst, komu lahko zaupaš, ker veš, da to med vama ostane oziroma da ti pomaga, ali pa karkol no, če prav razumem.	Zaupnik	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
G136	Ja kaj pa vem, pogovarjal smo se al pa nekje iz kakšnih tečajev al pa tko, da sem nek že slišala.	Pogovor o delu zaupnika	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
G137	Ja… Gasilski zaupniki, to ni slaba stvar.	Ni slaba stvar	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
G138	Ja sigurno je to pozitivna stvar.	Pozitivno	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
G139	Pač te stvari zmerej prov pridejo, saj lahko ne vem 10 let ne bo noben tega rabu al pa 20, ampak enkrat se bo pa sigurno pojavla situacija, ko bi ga rabil.	Pomoč pride prav	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
G140	Ne vem. Nisem mela še take situacije. Men zaenkrat ni problem z nobenmu gasilcem od nas govorit.	Brez problema govorit s katerim koli gasilcem	Kolegialna pomoč	/	Gasilski zaupniki
G141	Res nisem mela še nč tacga, da bi mi blo tok nepriejtno.	Brez neprijetne izkušnje	Kolegialna pomoč	/	Gasilski zaupniki
G142	Mislm no, čist čist uskamu ne, tem k smo si bl blizu. S temi, k smo velik skupej, pa na intervencijah aktivni, pa tko.	Pogovor z gasilcem	Kolegialna pomoč	/	Gasilski zaupniki
G144	Zdejle bi rekla da z nobenmu.	Trenutno brez potrebe po dodatni pomoči	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki
G146	Če bi mela kej tacga, da bi kej narobe nardila, pa da bi me to žrl, bi mi blo mogoče lažje, da bi bil gasilc, da bi bolj razumel, kaj je blo narobe, kaj se je zgodil in tko.	Lažji pogovor z gasilcem	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
G147	Ja, ja. Pač recimo, da bi precenu, a sm bla res kriva al ne.	Razumevanje dela na intervenciji	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
G148	Ja no, mogoče bi me pa tut tist drug razumel. V moji stiski.	Nejasnost glede strokovne pomoči zaupnika/terapevta	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki
G149	Kaj pa vem. Res bi rekla od same situacije odvisno.	Odvisno od situacije	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki
G150	Sej znanje za pomagat mata oba, bi vse nardila za to.	Potrebno znanje	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
H114	Ja, to sem že slišala.	Obstoj	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki
H115	Mislm, da so to gasilci, ki pomagajo drugim gasilcem, ane?	Pomagajoči gasilci	Poznavanje	/	Gasilski zaupniki

H116	Ne, to pa res ne, ne poznam nobenega tko.	Brez izkušnje	Izkušnje	/	Gasilski zaupniki
H117	Ja, uredu. Zakaj pa ne. Bi sigurno kej dobrega to prneslo.	Zaupnik v PGD	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
H118	Kaj pa vem… Verjetno bi šla najprej do gasilskega zaupnika.	Iskanje pomoči pri zaupniku	Pozitivni vidiki	/	Gasilski zaupniki
H119	Pol pa če nebi blo okej, valda pol do strokovnjaka.	Posluževanje strokovne pomoči	Negativni vidiki	/	Gasilski zaupniki
H120	Ampak mislm, da bi se več al manj dal rešit v društvu najprej.	Reševanje stisk v PGD	Kolegialna pomoč	/	Gasilski zaupniki

PRILOGA 3 – Osno kodiranje

1. **TEMA: Demografski podatki**
   1.1. Kategorija: Starost
   - 20 let (A1)
   - 37 let (B1)
   - 26 let (C1)
   - 21 let (D1)
   - 55 let (E1)
   - 23 let (F1)
   - 49 let (G1)
   - 28 let (H1)

   1.2. Kategorija: Operativna aktivnost
   - 2 leti (A2)
   - 18 let (B4)
   - 8 let (C2)
   - 5 let (D2)
   - 29 let (E2)
   - 5 let (F2)
   - 10 let (G2)
   - 11 let (H2)

2. **TEMA: Včlanitev v PGD Litija**
   2.1. Kategorija: Čas včlanitve
   - 6. razred OŠ (A3)
   - Operativni gasilec od vpisa (B2)
   - Začetek pri 11-letih (C3)
   - Kasnejša pridružitev kot večina (C5)
   - Začetek dela v operativi pri 17-letih (D4)
   - 3. razred OŠ (D6)

   2.2. Kategorija: Razlogi za včlanitev
   - Pobuda prijateljev (A4)
   - Prilagodljivost za nove aktivnosti (A7)
   - Iskanje nove aktivnosti (A8), (C6), (H10)
   - Zanimanje (A9), (D7), (E13), (F12), (F14)
   - Veselje do gasilstva od začetka (B9)
   - Želja od majhnega (B15)
   - Veselje do strojništva (B17)
   - Pomoč sočloveku (B18), (B41), (F15), (G3)
   - Želja po gasilstvu (B19), (C11)
   - Odločitev postati gasilec (B22)
   - Poskusiti (B23)
   - Družba (B24), (D8), (H13)
   - Preizkusiti nekajkrat (B25)
   - Spoznavanje sogasilcev (B26), (D10)
   - Zaviranje staršev (C7)
   - Včlanitev s prijateljem (C8)
   - Gasilska družina (C9), (C10), (E10)
   - Zabava (D9)
   - Favoriziran poklic gasilca (D11)
   - Po stopinjah očeta (E11)
   - Zanimanje za gasilska vozila (E12)
   - Včlanitev s sosedi (E15)
   - Tradicija na vaseh (E16)

- Stric pri gasilcih (F10)
- Brat pri gasilcih (F11)
- Zavestna odločitev (F16)
- Gasilstvo te potegne (F17), (G4), (H121)
- Začetek dogajanja v PGD (G5)
- Otroci pri gasilcih (G7)
- Poveljnik prinese pristopno izjavo (G8), (G9)
- Vključitev s sošolci (H9)
- Spoznavanje partnerja preko gasilstva (H11)
- Blizu gasilski dom (H12)
- Način življenja (H14)
- Prijatelji (H17)

2.3. Kategorija: Način sodelovanja
- Pionirji (A5), (D5), (F147), (H6)
- Mladinci (A6), (C4), (D5), (F147)
- Takoj na tečaj za operativca (B3)
- Pripravnik (D3), (F3), (G10), (H3)
- Edina punca v mladini (F13)
- Značka v OŠ (G5)

2.4. Kategorija: Organizacija gasilstva
- Podrobno vodenje evidenc gasilstva zadnja leta (B12)
- Poostritev nadzora (B14)
- Včasih nižji standardi gasilstva (B13)
- Samoumevnost nadaljevanja v operativo (C12)
- Veliko dela v PGD Litija (E17), (H8)

2.5. Kategorija: Gasilski čin
- Nižji gasilski častnik prve stopnje (B27)
- Gasilec (A224)
- Nižji gasilski častnik (C202)
- Višji gasilec (D121), (F6), (G11), (H15)
- Nižji gasilski častnik druge stopnje (E20)
- Prenehanje s tečaji za čin (B28)
- Udeležba tečaja s prijateljem (B30)
- Nepomembnost činov (B31)
- Brez želje za častnika (E21)
- Dovolj izobraževanje (E22), (F7)

2.6. Kategorija: Izobraževanje v gasilstvu
- Pomembnost praktičnih tečajev (B32)
- Pridobivanje praktičnih znanj (B33)
- Zavračanje vloge poveljevanja (B35), (B36)
- Želja po delu (B37)
- Delo in vodenje (B38)
- Odgovornost pri vodenju (B40)
- Udeležba na tečajih (E18)
- Včasih samo izpit za gasilca (E19)
- Tečaj za operativca kasneje (F4)
- Notranji tečaj za operativca (F5)
- Tečaj za tehnično reševanje (F8)
- Redno obiskovanje tečajev (H16)

2.7. Kategorija: Predhodno sodelovanje z drugimi PGD-ji
- Pionir na Igu (B5)
- Mladinska tekmovanja (B6)
- 5 let v mladini na Igu (B7)
- Vpis v mladino v OŠ (B8)
- Član PGD Ig (B10)
- Član PGD Radohova vas (E3)

- Manj intervencij (E4)
- Manjše društvo (E5)
- Brez drugih koncesij (E6)
- Požari in neurja (E7)
- Pionir in mladinec (E8)
- Članica PGD Hotič (H5)
- Ob selitvi pripravnica (H7)

3. TEMA: Najbolj zahtevne intervencije

3.1 NADKATEGORIJA: Izkušnje najtežjih intervencij

3.1.1. Kategorija: izkušnje gasilcev
- Predstave po opisih (A10)
- Psihična zahtevnost vsake intervencije (D20)

3.1.2. Kategorija: Prometne nesreče
- Prometne nesreče (C18), (E23), (F21), (H19)
- Neprizanesljivost ceste (C21)
- Največ dela (E24)
- Najbolj zahtevno (E25)

3.1.3. Kategorija: nesreča poznane osebe
- Nesreča prijatelja (A11)
- Poznavanje udeležencev nesreče (B83), (B90), (D21)
- Smrt poznanega fanta (G27)

3.1.4. Kategorija: Smrtni izid
- Smrt na kraju (A12), (B53)
- Najhujše ob smrti (A23)
- Še ena smrtna nesreča (A30)
- Možganska kap (A79)
- Reševanje pokojnega (B43)
- Rezanje pokojnega iz vozila (B44)
- Smrtna žrtev (B79)
- Smrt (C22)
- Nemoč gasilcev ob smrti (C23)
- Smrtni izid (H18)

3.1.5. Kategorija: Oživljanje
- Dolgotrajno oživljanje (A13), (B52)
- Reanimacija (A78)
- Oživljanje fanta (B51)

3.1.6. Kategorija: Zgorela oseba
- Gospod zažgan v uti (A17)

3.1.7. Kategorija: Motoristi
- Brez izkušnje z motoristi (A34)
- Reševanje motorista (A35)

3.1.8. Kategorija: Pogrešane osebe
- Izogib iskanju pogrešanih (A45)

3.1.9. Kategorija: Samomori
- Izogib pospravljanju mesta dogodka (A46)

3.1.10. Kategorija: Fizično/tehnično zahtevne intervencije
- Požari (C13), (F18), (G12)
- Nedostopen teren (C14)
- Tehnično reševanje (C15), (H20)
- Časovno dolgotrajni požari (C16)
- Prometne nesreče na težkih terenih (C17)
- Vsaka intervencija (D12)
- Delovne nesreče (D13)
- Vsaka naprava je drugačna (D15)
- Različno delovanje strojev (D17)

- Nepredvidljivost požarov (D18)
- Ustaljen način gašenja požarov (D19)
- Uporaba IDA (F19), (G16)
- Pomoč gasilskih priprav (F20)
- Nezahtevnost prometnih nesreč (G13)
- Adrenalinsko (G14)

3.1.11. Kategorija: Ponesrečenci
- Stik s potencialno poškodovanimi (C19)
- Otroci (D22), (E28), (F24)
- Delo s ponesrečenci (E26)
- Poškodbe (E27), (F23)
- Udeleženi ljudje (F22)
- Smrt v požaru (H21)

3.2 NADKATEGORIJA: Opis najbolj zahtevne intervencije

3.2.1. Kategorija: Opis dogodkov
- 5. intervencija v karieri (A16), (A54)
- 2 leti od intervencije (A52)
- Začetek operative (A53), (C30)
- Prišla iz godbe (A55)
- Drugi izvoz (A56)
- Tretji izvoz (A57)
- Odmik stran (A58)
- Možnost umika (A60)
- Vsi se derejo (A95)
- Neznanje (A96)
- Več navodil (A97)
- Slab prizor (A98)
- Avto pod kamionom (B49)
- Med prvimi na kraju (B56)
- Neposredna udeleženost pri delu (B57)
- Rezanje vozila (B58)
- Izvlek osebe (B59)
- Oživljanje brez uspeha (B60)
- Potrjena smrt od zdravnika (B61)
- Hitri iznos osebe (B63)
- Mlada oseba (B66)
- Požar v Gabrovki (B68)
- Zadušitev ženske (B69)
- Prepoznava ponesrečenca (B71)
- Odpiranje vrat (B73)
- Kap osebe (B74)
- Oseba v stanovanju (B75)
- Odkritje preminule osebe (B77)
- Poškodba glave (B80)
- Pomoč ob najrazličnejših poškodbah (B81)
- tri smrtne nesreče (C27)
- Ena izmed prvih intervencij (C28), (G30), (G28)
- Nesreča s smrtnim izidom (C203)
- Otrok v avtu (C29)
- Mirjenje punčke (C32)
- Nesreča v Predilnici (D24)
- Poškodba roke v mašini (D25)
- Prebodena roka (D26)
- Pred približno dvema mesecema (D28)
- Vžig bombaža zaradi rezanja s fleksarico (D29)

- Smrtna nesreča (D36)
- Gašenje človeka (D37), (D40)
- Intervencija na 18. rojstni dan (D38)
- Človek v objektu (D39)
- Omejevanje ognja (D44)
- Zbiranje ostankov človeka (D45)
- Nesreča na Logu (E29)
- Nekaj let nazaj (E151)
- V grabnu avto (E30)
- Utopljena punca (E45)
- Spodrs v bazenu (E46)
- Reševanje iz bazena (E47)
- Reševanje preminule (E50)
- Najbolj zapomljiva intervencija (E51)
- Prometna nesreča z gorenjem (E54)
- Oseba zgorela v avtu (E55)
- Utopljenec na Savi (E104)
- Ženska brez glave (E105)
- Zadnja smrtna nesreča (F26)
- Mama z otroki v avtu (F27)
- Mama stisnjena (F28)
- Neprepoznaven avto (F29)
- Rezanje punčke (F30)
- Delo na drugih nalogah (F32)
- Prometna nesreča v Ribčah (F36)
- Pijan voznik (F37)
- Udeležena fantek in oče (F146)
- Oče poškodovan (F38)
- Pomoč fantku (F39)
- Voznik nasilen (F40)
- Težava pri umirjanju voznika (F42)
- Kri lila iz ust (F46)
- Zapomljiva intervencija (F47)
- Nasilni dogodki (F48)
- Šok fantka (F49)
- Oče z rešilcem (F50)
- Medvedek za fantka (F51)
- Veliko smrtnih nesreč (G25)
- Smrt punčke s traktorjem (G26)
- Smrtna nesreča z avtomobilom (G31)
- Preživet dan z mamo umrle punčke (G38), (G40)
- Odklop akumulatorja (G55)
- Prenos ponesrečenca v trugo (G56)
- Oživljanje na obvoznici (G67)
- Masaža srca (G58)
- Bruhanje krvi iz ust (G69)
- Odločitev zdravstvenega osebja o smrti (G70)
- Nesreča mame s hčerkama (G72)
- Prometna nesreča s smrtnim izidom (H25)
- Nesreča mame v slabih razmerah (H26)
- Na kraju mrtva (H27)
- Udeleženi dve hčerki (H28)
- Rezanje in iznos (H30)
- Odklop akumulatorja (H32)
- Oživljanje fanta (H55)
- Prometna nesreča (H56)

- Brez možnosti pomoči (H57)
- Dolgo nazaj (H58)

3.2.2. Kategorija: Oteževalne okoliščine
- Morebitni razlogi za prenehanje v operativi (A15)
- Nepoznavanje okoliščin (A63), (D53)
- Oseba v prostorih (A64), (B75)
- Medijska izpostavljenost (A32)
- Niso vedeli za smrt (A84)
- Spoznala svojce (A90)
- Sestrina sošolka (A91)
- 8-letni otrok preminulega (A92)
- Prisotnost svojcev (A102), (C64), (C25)
- Težava povedati svojcu (A103)
- Prepustiš novico drugemu (A104)
- Nepozornost na preminule (B70)
- Vprašanje o življenjskih znakih (B76)
- Zvedava javnost (B102)
- Klici soobčanov (B103)
- Ogibanje tematike intervencij doma (B105)
- Otrok v nesreči(C65)
- Neprepoznavna oseba (D54)
- Težava sodelovanja z zdravstvom (E31)
- Počakati na odločitev zdravnika (E32), (E34)
- Ni bilo bolničarjev med gasilci (E33)
- Snemanje intervencije mimoidočih (E35), (E36), (E152)
- Gledanje v oči umrlemu (E48), (F53)
- Zbiranje poguma gasilcev za sodelovanje (E56)
- Narediti je potrebno (E57)
- Opazovanje trupla (E108)
- Nasilje zaradi alkohola (F41)
- Znani svojci punčke (G39)
- Ponesrečenec bratov sosed (G57)
- Svojci (H24)

3.2.3. Kategorija: Vloga na intervenciji
- Drugi izvoz (A31)
- Varovanje (A59), (H33)
- Neposredno delo (B54)
- Voznik vozila HTV (B55)
- Gasilec v napadu (B67)
- Zapora ceste (C33)
- Žaganje mašine (D30)
- Vodja intervencije (E37)
- Obvezna vloga vodje (E43)
- Delo na različnih nalogah (F32)
- Priprava orodja (F34), (G50), (H29)
- Po navadi asistenca pri ponesrečencu (F35)
- Držanje glave ponesrečenca (F43)
- Sidrišče (G49)
- Prenos v koritastih nosilih (G51)
- Suport svojcem (G52), (G53), (G54)
- Brez posebne vključenosti (H31)
- Prevzemanje zdravstvenih nalog (H60)

3.3 NADKATEGORIJA: Doživljanje

3.3.1. Kategorija: Občutki ob intervenciji
- Šok (A18), (A62)

- Minljivost življenja (A19)
- Vseeno za kletvice (A20)
- Predelava šoka (A21)
- Predelava izkušnje smrti (A22)
- Prve intervencije hujše (A33)
- Sreča ob ogibu (A47)
- Izogibanje (A48)
- Ne spominjanje (A50)
- Hvaležnost (A61)
- Težak občutek (A76), (A89)
- Vse je v redu (A87)
- Življenje gre naprej (A88)
- Občutek nemoči (A93), (B46), (C40), (C41)
- Hude izkušnje (A94)
- Pozabiti (A105)
- Trud zaman (B50)
- Prizadetost ob smrtnih izidih (B82)
- Žalost (B86)
- Žalost pri pogledu na svojce (C26)
- Adrenalin (C31), (F52), (G62), (H35), (H61)
- Brez izkušenj za spopadanje (C34), (D35)
- Neprijetna izkušnja (C35)
- Jok (C36)
- Razmišljanje o dogodku (C37)
- Kar je je (C38)
- Nenamerno postavljanje v kožo ljudi (C42)
- Drugačno dojemanje v gasilski obleki (C58), (C60)
- Preklop v glavi (C59)
- Brez problema s trupli (C63), (E63)
- Drugačno dojemanje (C66)
- Začetna panika (C67)
- Osebno jemanje izkušnje (C79)
- Premišljevanje (C80), (D34)
- Rane (C81)
- Narediti kar lahko (D23), (E58), (G71)
- Intervencija kot intervencija (D31)
- Nikoli težav (D33)
- Ni vseeno (D41)
- Brez občutkov (E38)
- Brez panike (E39), (E40)
- Slab občutek ob pogledu na preminulo (E49)
- Lažje prenašanje kot ostali (E153)
- Zgledovanje drugih gasilcev (E62)
- Težava pri utopljencih (E102)
- Slabost v želodcu (E106)
- Bruhanje kolega (E107)
- Doživljanje intenzivnih občutkov (G29)
- Stresni občutki (G32)
- Neprijetno (G33)
- Težko ob mami punčke (G41)
- Hudo za ljudi (H22)
- Zapomnitev (H23)
- Ni specifičnih občutkov (H34)
- Delo po navodilih (H36)
- Težki občutki niso v korist (H37)
- Zbrati se (H38)

- Težko za udeležence (H39)
- Prvič grozno ob pogledu na truplo (H46)
- Dati vse od sebe (H62)

3.3.2. Kategorija: Osebne izkušnje
- Lastne izkušnje (A28)
- Izkušnje s hudimi nesrečami (C61), (C62)
- Brez preklopa v glavi (C68), (C72)
- Slučajni prihod na prometno nesrečo (C69)
- 2 otroka v avtu (C70)
- Preminula mama (C71)
- Neprijetno (C73)
- Deljenje vlog med vožnjo (E41)
- Pogovor v avtu po intervenciji (E53)
- Predstavljanje ponesrečenca kot »kos mesa« (F54)
- Izogibanje požarom (G15)
- Veliko izkušenj s smrtnimi nesrečami (G66)

3.3.3. Kategorija: Po intervenciji
- Šola (A68)
- Učenje reševanja (A69)
- Prva pomoč (A70)
- Praktične vaje (A71), (A72)
- Tuširanje (A80)
- Nezmožnost biti sam (A81)
- Godba (A82)
- Menjava okolja (A83, A86)
- 10 minut po intervenciji (A85)
- Premlevanje (B84), (B87)
- Podoživljanje (B88), (G58)
- Prikazovanje obrazov (B89)
- Prvi dan hudo (B93), (B111)
- Nezmožnost pogovora o intervenciji (B95)
- Delanje nevednega (B96), (B97)
- Zaščititi sebe (B99)
- Pogovor s sogasilci (B100), (B101)
- Začetek stiske po umiritvi doma (B123), (B121)
- Stiska ob neopravljenih nalogah (B137)
- Pride za teboj (C39)
- Poglabljanje občutkov (C43)
- Topi občutki v začetku (C45)
- Ne spreminjanje občutkov (C44)
- Dojemanje dogajanja (C46)
- Občutki pridejo na plano (C47)
- Prizadetost (C48)
- Vpletenost otrok (C49)
- Brez obremenjevanja (D42), (H41)
- Brez težav po intervenciji (D46), (E52)
- Brez občutka krivde (D47)
- Brez potrebe po pomoči (D48)
- Odpornost po naravi (D49)
- Ne jemanje k srcu (D50)
- Težje, če ne pričakuješ (D51)
- Predelava (E59)
- Dan za predelavo (F25)
- Žalost (F55)
- Spomin na situacijo (F56)
- Otožnost (F57)

- Skrb za udeleženega otroka (F58)
- Deljenje informacij v službi (G23)
- Pogovor s sodelavci v službi (G24)
- Udeležba na pogrebu (G34), (G35), (G37), (G43)
- V začetku težki občutki (G36)
- Tresenje na pogrebu (G44)
- Predelava po pogrebu (G45)
- Nikoli ne sanja o dogodkih (G46)
- Udeležba maše za umrlega (G47)
- Razmišljanje o nesreči lastnih otrok (G59), (G60)
- Premišljevanje (G63)
- Spomini na umrlega (G64)
- Brez težav pri predelavi (G73), (H50)
- Enaki občutki kot med intervencijo (H40)
- Narediti kar lahko (H42)
- Navada s časom (H43), (H45)
- Težje pri prvih intervencijah (H44)
- Trda koža (H48)

3.3.4. Kategorija: Pogled danes

- Predelano (A77), (E61)
- Včasih pozabi na dogodek (A108)
- Podoživljanje (A109)
- Spomin (A228), (A229), (H63)
- Pozabljeno (A230), (B85)
- Ni v glavi (A231)
- Izginjanje občutka skozi čas (B91)
- Brez problemov govoriti o tem danes (B108), (D56), (F60), (G42), (G61), (G65)
- Predelava s časom (B112)
- Soočanje s smrtjo čez čas (C24)
- Ni vseeno (C50)
- Sveža rana (C52)
- Seštevanje težkih izkušenj (C53)
- Izklop občutkov (C55)
- Razmišljanje o delovanju (C57)
- Sprotna predelava (E60)
- Neprijetni občutki ob podrobnem opisovanju dogodkov (F59)
- Brez vpliva na dogodke (F61)
- Brez obremenjevanja (F62)
- Brez travme (G48)
- Včasih spomin na dogodek (G74)
- Slika v glavi (G75)
- Brez težav danes (H49), (H68)
- Pošlihtano v glavi (H51)
- Postaneš tak človek (H53)
- Brez srečnega konca (H54)
- V sebi pomirjen (H64)
- Razmišljanje o dobrih izidih (H65)
- Brez izkušnje napake (H66)
- Težje ob krivdi sebe (H67)

3.3.5. Kategorija: Doživljanje fizično zahtevnih intervencij

- Dober občutek po uspehu (C74)
- Brez občutka nemoči (C75)
- Čas za razmislek o poteku (C76)
- Počasno doživljanje (C78)
- Strah pred požari (G18)
- Dobro predelovanje prometnih nesreč (G19)

3.4 NADKATEGORIJA: Olajševalne okoliščine

3.4.1. Kategorija: Zdravstvo

- Pomoč zdravstva (A24), (A29), (B65)
- Izkušnje iz zdravstva (A25), (A51)
- Delo na travmi (A26)
- Nepredstavljivost travme (A27)
- Pomoč UKC (A36)
- Zdravniško reševanje (A37)
- Pomoč reševalcev (A99), (B62)
- Pripomoček za oživljanje (A100), (B64)
- Pomoč s pripomočki (A101)
- Reševanje življenja (B45)
- Uspavanje ne sodelujočega voznika (F44)

3.4.2. Kategorija: Druge olajševalne okoliščine

- Priprava na prometne nesreče (D16)
- Pripravljenost na situacijo (D52)
- Medicinska sestra (H47)
- Izkušnje s šole/službe (H52)

3.5 NADKATEGORIJA: Udeležba na intervencijah

3.5.1. Kategorija: Število intervencij

- Prenehanje štetja intervencij (A38)
- 10 intervencij v prvih 4 mesecih (A40)
- Manj kot 100 intervencij v 2 letih (A41)
- Zapisniki (A42)
- Tehnična pomoč (A43)

4. TEMA – Samopomoč ob travmatičnih dogodkih

4.1. Kategorija: Osebni načini pomoči

- Glasba (A110), (E83), (F73), (G102), (H73), (H82)
- Šport (A111), (B179), (D62)
- Fitnes (C89)
- Pogovor (E64), (G21), (H72)
- Navajanje (A112)
- Pogled na stvari (A114)
- Ubijanje s premišljevanjem (A116), (F85)
- Pogovor v družbi (A137), (D57), (F87)
- Okupiranost z drugimi dejavnostmi (A140), (B118), (C85), (C86)
- Ne fokusiranje na tematike (A141), (E72)
- Drugo dogajanje (A142)
- Organizacija drugega (A143)
- Misli drugje (A144), (B115), (C83)
- Zapolnjen dan (A145)
- Druženje s prijatelji (B113)
- Hecanje (B114)
- Zaprtost do pogovora z neudeleženimi na intervenciji (B116)
- Družba (B117)
- Pogovor s sogasilci (B124), (D59), (E65), (G81)
- Odklop (C82)
- Gledanje filmov/TV (C84), (H81)
- Trening (C78)
- Prestavljanje soočanja (C88)
- Tek (C90)

- Neka vrsta meditacije (C91)
- Predelava na pozitiven način (C92)
- Jok (C93)
- Pogovor s partnerjem (D58), (E66), (F65), (G79)
- Pomoč žene (E67)
- Brez posebnih tehnik sproščanja (E68), (H79)
- Nesmisel alkohola (E69)
- Spijte »kakšnega« v družbi (E71)
- Ne posvečanje pozornosti za tehnike sproščanja (E82)
- Pogovor z družino (F64), (G20), (G78), (G80)
- Zaščititi sebe (F66)
- Razdelati v glavi (F69)
- Brez sekiranja (F71)
- Težava ugasnit možgane (F86)
- Pogovor z neudeleženim na intervenciji (F88)
- Dati ven (G22)
- Molitev (G76)
- Obisk maše (G77)
- Skrb za dobro počutje sogasilcev (G82)
- Klicanje med sogasilci (G83)
- Preklinjanje da jeza mine (G100)
- Umik na samo (G103)
- Odmisliti (H70)
- Zamotiti se (H71)
- Preusmerjanje misli (H74)
- Vsakdanje stvari (H80)
- Sprehod (H83)

4.2. Kategorija: Med intervencijo

- Adrenalin (A117), (B122), (F75)
- Tek na intervencijo (A118)
- Utrujenost (A120)
- Umiritev (A121)
- Večinoma nezahtevne (A122)
- Brez paničarjenja (A123), (B127)
- Navada (A125)
- Brez stresa na intervenciji (B119)
- Brez problema gledat strašne prizore (B120)
- Poznavanje nalog med intervencijo (B125), (B126), (F76)
- Začetna zmedenost na intervencijah (B128)
- Navada na odzivanje na poziv (B129)
- Brez težav med intervencijo (C94), (E73), (F74), (F83)
- Brez ideje za način soočanja med intervencijo (C95)
- Brez verjetnosti zamrznitve med intervencijo (C96)
- Umik ob nesreči bližnje osebe (C97)
- Škodovanje zaradi dekoncentracije (C98)
- Odmisliti (C100)
- Počakati da mine (C101)
- Premislek pred ukrepanjem (C102), (E74)
- Zamrznitev v začetku (D63)
- Trokiranje zaradi ne suverenosti (D64)
- Stopiti koran nazaj (D65)
- Prepustitev dela (D66)
- Opazovanje dela drugih (D67)
- Prisila v delo (D68)
- Pozitivna izkušnja z delom (D70)
- Nič za izgubit (D71)

- Delo z mentorjem (D72)
- Pogled na široko (D74)
- Zamrznitev ob presenečenju (E95)
- Umik na stran (F77)
- Zadihati (F78), (G98), (G99)
- Odmisliti težke občutke (F79)
- Zamrznitev ob koncu dela (F82)
- Trenutek zamrznitve ob nesreči sogasilca (G86)
- Občutek tresenja (G87)
- Iskanje zaščite za ponesrečenca (G88)
- Prazno gledanje v pripomoček (G89)
- Iskanje pripomočka v stresu (G90)
- Bujenje ob besedah poveljnika (G151)
- Trenutek zamrznitve (G91)
- Streznitev ob mežikanju (G92)
- Težak občutek ob nesreči sogasilca (G93)
- Križ na čelo (G96)
- Narejeno kar je lahko (G97)

4.3. Kategorija: pridobljene izkušnje
- Intervencije pred vozniškim dovoljenjem (A126)
- Umirjena vožnja (A127)
- Skrb za sogasilce (B130)
- Stopiti korak nazaj (D73)
- Pomembnost vaje za pripravljenost (E79)
- Drugačen pogled poveljstva (E80)
- Opazovanje napak s strani poveljstva (E81)
- Zid okoli sebe (F68)
- Smrt je del življenja (F70)

4.4. Kategorija: Znanje iz drugih področij
- Izkušnje iz šole (A133)
- Pogovor o temah (A134)
- Pogovor o nesrečah (A135)
- Učenje komunikacije (A136)
- Izkušnje iz zdravstva (A138), (F67)

4.5. Kategorija: Vpliv okoliščin
- Vpliv sogasilcev (A130)
- Prenos panike (A131)
- Vpliv vzdušja (A132)
- Prenos občutkov na druge gasilce (C99)
- Utapljanje v alkoholu drugih (E70)
- Utečeno sodelovanje (E75)
- Zaupanje med gasilci (E76), (E77)
- Pogovor o pripravljenosti (E78)
- Gledanje v prazno (F80)
- Pomisliti za nazaj (F81)

5. TEMA – Preventiva

5.1. Kategorija: Strokovna pomoč
- Na voljo pomoč (A146)
- Zunanji sodelavci (A147)
- Pogovor s sodelavci (A148)
- Obvestitev poveljnika (A149)
- Notranja podpora (A150), (B134), (C110)
- Brez preventive (C103)
- Zavedanje pomoči na voljo (C111)
- Šele par let govora o tem (E84)

- Iskanje informacij v policiji (E92)
- Potrebno ozaveščanje s strani poveljnika (E93)
- Nepoznavanje (F91), (G104), (H84)
- Videnje smisla v preventivi (G107)

5.2. Kategorija: Preventivni programi
- Nepoznavanje (A154), (B138), (C112), (D78), (E86), (H88), (H90)
- Ni poudarka (A155), (A157)
- Ni omembe na tečajih (A156)
- Manjši PGD-ji ne potrebujejo (A158)
- Ne govorimo o tem (A159), (D82), (E90), (F93), (H85)
- Omenjanje na tečajih (C109)
- Pomoč za prve posredovalce (C113)
- Površno poznavanje (C114)
- Samo za poklicne gasilce (C115)
- Začetek podpore v poklicnih enotah in prenos na prostovoljne (C116)
- Ni zanimanja (E91)
- Obstoj tečajev (F92)
- Iskanje tehnik preventive (G108)
- Morebitna udeležba (H89)

5.3. Kategorija: Metode v PGD
- Ostajanje v gasilskem domu (A152)
- Pogovor v društvu (B133), (B135), (E63)
- Preventivni pogovor (C150), (C151)
- Delo v društvu (C104)
- Refleksija v PGD (C105)
- Pogovor udeleženih po intervenciji (C106)
- Preverjanje sposobnosti na intervenciji (E101)
- Vsak mora preizkusiti sam (E103)
- Preverjanje dovzetnosti vsakega posameznika (E109)
- Medsebojna pomoč v stiski (F94)
- Preverjanje potrebe pomoči sogasilcev (F95)
- Brez težave predelave (F96)

5.4. Kategorija: Pomoč izven gasilstva
- Podpora v zdravstvu (A160), (B139)
- Nudenje pomoči v okviru službe (B140)

5.5. Kategorija: Lastne metode preventive
- Svoje metode (A151)
- Ostajanje v družbi (A153)
- Problem samozavesti (A161), (A163)
- Samopomoč z izzivom (A164)
- 70-dnevni izziv za samozavest (A165)
- Trening za samozavest (A166)
- Skrb zase (A167)
- Ni časa (A168)
- 30-dni vztrajanja(A169)
- Efektivna pomoč (A170)
- Redno delo (A171)
- Disciplina (A172)
- Knjige (A173)
- Boljše počutje (A174)
- Motivacija (A175)
- Zavedanje nemoči ob nudenj pomoči (B136)
- Obnašanje glede na vrsto poziva (C125), (C124), (C121)
- Izkušnje (C120), (C118)
- Pripravljenost (C119), (D81)
- Vaja (C117)

- Alkohol (C108), (C107)
- Priprava na hujši scenarij (D79)
- Težave zaradi nepripravljenosti na situacijo (D80)
- Navada na prizore (E99)
- Urejeno v glavi (E100)
- Najprej lastna pomoč (G109)
- Pogovor z duhovnikom (G110), (G111), (G112)
- Fokus na pozitivno (H91)

6. TEMA – Psihosocialna podpora in pomoč

6.1. Kategorija: Oblike pomoči

- Na voljo (C129), (F104), (G105), (G113)
- Skupinski pogovor z gasilci (A177), (C137), (D60), (E115), (F105), (G120), (G122), (H102)
- Pripoved sogasilcev (A178)
- 24-urna pomoč na Brigadi v Ljubljani (B131)
- Preverjanje potrebe s strani poveljnika (B141), (H98)
- Pobuda poveljnika za pogovor (B145)
- Možnost koriščenja strokovne pomoči (B168), (D61)
- Posvet (C127)
- Psiholog (C128), (D75), (E110), (F90), (F99), (G115), (H86), (H92)
- Prihod pomagajočega v PGD (C130)
- Izobraževalni center za zaščito in reševanje Ig (C131), (D92), (H96)
- Na voljo več pomagajočih (C133)
- Upravičenost do bolniške odsotnosti (C134)
- Terapija (C135)
- Pobudniki pogovora (C138)
- Predsednikova pobuda za pogovor (C141)
- Zgovorni gasilci stopijo naprej (C142)
- Prenos odgovornosti za pomoč na starejše (C143), (C147)
- Pomoč odprtosti članic za pogovor (C158), (C159)
- Pogosti pogovori v PGD (C148)
- Pomoč za tolažbo (D76)
- Predelava stvari (D77)
- Informacije pri poveljniku ali predsedniku (D83), (D84), (D88), (F102), (F103), (G117), (H95)
- Na voljo kontakti (D85), (G106)
- Pomoč s strani gasilske zveze (D86), (E89)
- Podatki na internetu (D87), (F101)
- Pomoč znotraj PGD (D89)
- Prihod pomagajočega v PGD (D91)
- Deljenje izkušenj (D93)
- Na voljo v policiji (E87)
- Psiholog s policije (E88)
- Potreba po pomoči čez čas (E113)
- Držati skupaj (E116)
- Poklicni gasilci na voljo psihologa (F89)
- Napotnica za psihiatra (F97)
- Obisk osebnega zdravnika (F98)
- V gasilstvo usmerjen psihiater (F100)
- Razbremenitev (F107)
- Analiza intervencije (F108), (G119), (G123)
- Profesionalci (G114)
- Njihov poklic (G116)
- Navada pogovora po intervenciji dlje časa (G121)

- Pogovor (H87)
- Podobno v zdravstvu (H93)
- Zdravstveni dom (H97)

6.2. Kategorija: Deležnost pomoči

- Brez strokovne pomoči (A176), (C161), (C134), (E111), (E125), (H103)
- Morebitno posluževanje pomoči (A179), (D90), (D102), (F112), (G127), (H105)
- V okviru zdravstva (A181)
- Tudi pri gasilcih (A184)
- Več časa v službi (A185)
- Medsebojna pomoč (C169), (C170), (F125), (H101), (H113)
- Kolegialna pomoč bolj efektivna (C168), (C167), (F110)
- Puščanje stvari v PGD (C160)
- Odpiranje tematike (C155), (C156)
- Pozitivno izpostavljanje napak (C152)
- Pogovor za lažjo predelavo izkušnje (C149)
- Želja po pomoči sogasilcu (C144)
- Poznavanje pomagajočega (C132)
- Pogovori v PGD (D97), (H94), (H99)
- Brez zanimanja (E112)
- Humor v društvu (E118)
- Kolegialna pomoč (E119)
- Čim manj govora o intervencijah (E120)
- Predelava med vožnjo nazaj (E121)
- Menjava teme (E122)
- Pogovor med intervencijo (E124), (G124)
- Bolje kot nič (F111)
- Gledanje nase (F115), (F116)
- Morebitno posluževanje pomoči drugih (G118)
- Nič sramotnega (G129)
- Treba dati ven (G132)
- Vsak dobi kar rabi (H112)
- Brez predsodkov (H107)

6.3. Kategorija: Dodatne potrebe

- Ni potrebe (A188), (B132), (C162), (G125), (H108)
- Premalo govora (A189)
- Skrivanje potrebe (A190)
- Pogovor po sestankih (A194)
- Negotovost o dodatni pomoči (A195)
- Želja po pobudi za pogovor s strani neudeleženih na intervenciji (B146), (B147), (B150), (B154)
- Pomoč neudeležene osebe na intervenciji (B160), (B162)
- Navade drugih društev (B165)
- Opažanje slabega počutja md sogasilci (B148)
- Druga izkušnja (B152)
- Težave mlajših gasilcev (B163)
- Izkušnja težke intervencije pusti posledice (B167)
- Deljenje vlog glede na sposobnost (E117)
- Več pogovora o tematikah (E131)
- Preverjanje potrebe pri sogasilcih (E132)
- Normalizacija posluževanja pomoči (F113), (F114)
- Spodbujanje k posluževanju pomoči (F117), (G128)
- Poudarek na duševnem zdravju pri mlajših (F123)
- Spodbujanje pogovora v PGD (F124)
- Morda v prihodnosti več potrebe (G126)
- Zadosti pogovori v PGD (H109)
- Ob morebitni potrebi drugačna ureditev (H111)

- Dobra ureditev sedaj (H110)

6.4. Kategorija: Zadržki
- Ne v okviru PGD (A180), (B151)
- Ni osebno (A182)
- Govorice (A183)
- Izkušnje iz službe (A186)
- Iskanje pomoči v službi (A187)
- Tabu teme (A191), (F118), (G131)
- Samomori (A192)
- Zadržanost ljudi (A193), (C146)
- Preveč predelovanja (A196)
- Negotovost o vplivu (A197)
- Znova in znova (A198)
- Odpor do tveganja (A199)
- Obsojanje drugih (A75), (C164), (C163)
- Zavračanje pomoči drugih gasilcev (B142), (E129)
- Brez želje po pogovoru s poveljnikom/sogasilci (B143), (B153)
- Strah pred vprašanji poveljnika (B149), (B156)
- Drugačen pogled gasilcev (B155)
- Strokovna pomoč manj osebna (C171)
- Ranjenost (C165)
- Moška zadržanost (C157), (E126), (F119)
- Težava predelovanja krivde (C154)
- Tišina po težjih intervencijah (C139)
- Nabiranje stiske (E130)
- Posluževanje šele ob pobudi drugih (F120)
- Stereotipično mišljenje starejših (F121), (F122)
- Zapiranje vase drugih (G130)

6.5. Kategorija: Osebni načini
- Predelovanje sam (A73), (E128), (H104)
- Brez pomoči (A74)
- Pogovor ob pivu (A224)
- Ne opitost (A226)
- Sprostitev (A227)
- Pogovor o drugih stvareh (B144), (C140)
- Odvisno od človeka (B158)
- Najprej pogovor v društvu (C166)
- Poštenost do sebe o potrebni pomoči (D94)
- Dati ven (D95)
- Lažji pogovor s kolegom (D98), (D101)
- Zanašanje na lastne načine pomoči (D103)
- Mir v glavi (H106)

7. TEMA – Gasilski zaupniki

7.1. Kategorija: Poznavanje
- Nepoznavanje področja (A200), (B169), (E133), (G134)
- Obstoj (A201), (E134), (F126), (G133), (H114)
- Za pogovor (A202), (D104)
- Niso strokovnjaki (A203)
- Socialni delavec (A215)
- Socialna izobrazba (A217)
- Branje o tematiki (B170)
- Zaposleni na Brigadi Ljubljana (B171)
- Dežurstva (C173)
- Na poziv (C174)
- Namenjeni vojski in policiji (C176)

- Čin v operativi (C177)
- Gasilci (C178)
- Zaposleni z gasilsko šolo (C179)
- Pogovor o delu zaupnika (C182), (G136)
- Povezano z gasilstvom (D105), (F127)
- Strokovnjak (D106), (F134)
- Dajanje nasvetov iz izkušenj (D108)
- Brez zanimanja (E135)
- Ne ozaveščenost (E136)
- Opravljen poseben tečaj (F128)
- Zaupnik (F129), (G135)
- V društvu (F130)
- 5 let v operativi (F132)
- Pomagajoči gasilci (H115)

7.2. Kategorija: Pozitivni vidiki

- Pogovor s tujcem (A213)
- Ozaveščenost (A214)
- Zaželena pomoč (A216), (B174)
- Soudeleženost na intervenciji (B176), (C196)
- Pozitivni vidik pogovora (C184)
- Pomoč novincem (C186)
- Vodenje pogovorov v PGD (C187)
- Sprememba mentalitete čustev (C188), (C194)
- Zaželena pomoč (C190), (C189)
- Razkrivanje zapostavljenih tem (C191)
- Govor o mentalnem zdravju (C193)
- Zaupnik v PGD (C195), (H117)
- Prenašanje pozitivnih izkušenj (C200)
- Želja po prenašanju pozitivnih izkušenj (C201)
- Bolje kot nič (D107)
- Dodatna pomoč drugim gasilcem (D112)
- Potreba po zaupniku (E144), (E145)
- Nepoznan gasilec (E147), (F142)
- Pomoč v hudem momentu (F135)
- Izboljšano psihično stanje PGD (F136)
- Skupinski pogovor na tri mesece (F137)
- Drugačna perspektiva (F141)
- Odločitev glede na situacijo (F143)
- Ni slaba stvar (G134)
- Pozitivno (G138)
- Pomoč pride prav (G139)
- Lažji pogovor z gasilcem (G146)
- Razumevanje dela na intervenciji (G147)
- Potrebno znanje (G150)
- Iskanje pomoči pri zaupniku (H118)

7.3. Kategorija: Negativni vidiki

- Odzivnost gasilcev (A204)
- Interes (A205), (F138)
- Veliko gasilcev (A206)
- Grupiranje (A207)
- Neodprtost (A208)
- Težava z zbiranjem ljudi (A210)
- Sram (A211)
- Odvisno od posameznika (A212)
- Neozaveščenost s strani poveljnika (B172)
- Ne deležnost pomoči v začetku (C198)

- Ne ločevanje pomagajočih (C183)
- Ne nujnost urgentne pomoči (C175)
- Brez potrebe v PGD (D110), (D111), (D113)
- Majhna verjetnost posluževanja (D114)
- Poznana oseba (D115), (E138), (E139)
- Menjava okolja ob deležnosti pomoči (D116)
- Drugačen pogled na stvari (D117)
- Odhod v drugo društvo (E141), (E142)
- Odvisna vrsta problemov (E143)
- Dojemanje psihosocialne pomoči kot postranske (F139)
- Dodatno opisovanje okoliščin (F145)
- Trenutno brez potrebe po dodatni pomoči (G144)
- Nejasnost glede strokovne pomoči zaupnika/terapevta (G148)
- Odvisno od situacije (G149)
- Posluževanje strokovne pomoči (H119)

7.4. Kategorija: Kolegialna pomoč
- Olajšanje (A220)
- Jamranje (A219)
- Zanimive reakcije (A221)
- Lajšanje stiske (A222)
- Podobne izkušnje (A223)
- Pomoč gasilcem (B173)
- Drugačen pogled na stvari (B175)
- Vodenje pogovora s strani predsednika (C197)
- Pomoč predsednika v težki situaciji (C199)
- Zadosten pogovor v PGD (D118)
- Nudenje pomoči sogasilcem (D119)
- Eden od notranjih gasilcev (E146)
- Pogovor z gasilcem (A218), (E148), (E149), (E150), (F140), (F144), (G142)
- Brez problema govoriti s katerim koli gasilcem (G140)
- Brez neprijetne izkušnje (G141)
- Reševanje stisk v PGD (H120)

7.5. Kategorija: Izkušnje
- Brez izkušnje (B177), (H116)
- Poznana oseba (C181)
- Prijetna oseba (C185)