Univerza v Ljubljani

Fakulteta za socialno delo

Martina Poklukar

Gorska reševalna služba skozi perspektivo socialnega dela: izzivi in priložnosti

Magistrsko delo

Ljubljana, 2026

Univerza v Ljubljani

Fakulteta za socialno delo

Martina Poklukar

Gorska reševalna služba skozi perspektivo socialnega dela: izzivi in priložnosti

Magistrsko delo

Študijski program: Socialno delo

Mentor: Doc. dr. Primož Rakovec

Ljubljana, 2026

Zahvala

Zahvaljujem se mentorju Doc. dr. Primožu Rakovcu za vse nasvete, usmeritve, spodbude, pohvale in hitro odzivnost.

Hvala vsem sogovornikom, ki so si bili pripravljeni vzeti čas za pogovor, čeprav imajo urnike zelo natrpane. Hvaležna sem, da so mi bili pripravljeni zaupati svoje osebne zgodbe. Hvala vsem posrednikom, ki so mi priskrbeli kontakte sogovornikov.

Hvala lektorici Mariji Bajt, ki mi je srčno popravila slovnične in pravopisne napake.

Hvala tudi vsem ostalim, moji boljši polovici, družini in prijateljem, ki ste vse te mesece poslušali moje izgovore, da moram pisati magistrsko nalogo.

Gorsko reševanje skozi perspektivno socialnega dela: izzivi in priložnosti

Povzetek magistrskega dela

Gorski reševalci v Sloveniji delujejo na prostovoljni osnovi in so med intervencijami ter pripravami nanje izpostavljeni velikim psihičnim in fizičnim naporom. Njihovo delo je zahtevno in hkrati neplačano. V magistrski nalogi sem želela pridobiti poglobljen vpogled v življenje gorskih reševalcev ter raziskati možnosti vključevanja socialnega dela v organizacijo gorske reševalne službe. V teoretičnem delu najprej predstavim Gorsko reševalno zvezo Slovenije, nato se osredotočim na prostovoljstvo in socialno delo v kriznih razmerah, v zadnjem poglavju pa obravnavam še področje psihosocialne pomoči in podpore. V raziskovalnem delu magistrske naloge sem s pomočjo individualno opravljenih intervjujev pridobila vpogled v motivatorje, ki posameznike spodbujajo k opravljanju prostovoljnega dela v gorski reševalni službi. Sogovorniki so poročali tudi o ovirah, s katerimi se srečujejo pri opravljanju tega zahtevnega dela ter o oblikah psihosocialne pomoči in podpore, ki jih že uporabljajo oziroma bi jih po potrebi uporabili. Raziskala sem tudi področja, na katerih sogovorniki prepoznavajo potencialne priložnosti za vključitev socialnega dela. Rezultati kažejo, da so ključni motivatorji članov gorske reševalne službe predvsem notranji, kot so želja po pomoči drugim, osebne vrednote, interes za gorništvo, občutek kompetentnosti in močne socialne vezi, medtem ko imajo zunanji motivatorji manjši pomen. Ugotovitve nadalje kažejo, da se prostovoljci soočajo s številnimi izzivi na mikro, mezo in makro ravni delovanja Gorske reševalne zveze Slovenije. Reševalci izkazujejo visoko stopnjo osebne odpornosti in zavedanja o pomembnosti vključevanja vsebin psihološke pomoči in podpore v redna izobraževanja. Vloga socialnega dela se kaže predvsem kot podporna in povezovalna, saj bi lahko prispevala k ozaveščanju o zdravi komunikaciji, h krepitvi kakovostne čustvene podpore ter k zagovorništvu, zlasti na področju pravic humanitarnih delavcev. Takšen pristop je skladen s sodobnimi smernicami kriznega socialnega dela, ki poudarjajo pomen medsebojnega sodelovanja ter krepitev odpornosti posameznikov in skupnosti.

KLJUČNE BESEDE: Gorska reševalna služba, socialno delo, prostovoljstvo, psihosocialna pomoč in podpora, krizne razmere

Mountain Rescue through the Perspective of Social Work: Challenges and Opportunities

Abstract

Mountain rescuers in Slovenia operate on a voluntary basis and are exposed to significant psychological and physical strain during rescue operations as well as in the preparation for them. Their work is highly demanding and, at the same time, unpaid. In my research, I sought to gain an in-depth insight into the lives of mountain rescuers and to explore possibilities for integrating social work into the organization of the mountain rescue service. In the theoretical part, I first present the Mountain Rescue Association of Slovenia, then focus on volunteering and social work in crisis situations, and in the final chapter address the field of psychosocial assistance and support. In the empirical part of the research, individual interviews were conducted to gain insight into the motivators that encourage individuals to engage in voluntary work within the mountain rescue service. The participants also reported on the obstacles they encounter in carrying out this demanding work, as well as on the forms of psychosocial assistance and support they already use or would be willing to use if needed. Furthermore, I explored areas in which participants perceive potential opportunities for the inclusion of social work. The results indicate that the key motivators of mountain rescue service members are primarily intrinsic, such as the desire to help others, personal values, an interest in mountaineering, a sense of competence, and strong social ties, while extrinsic motivators are of lesser importance. The findings further show that volunteers face numerous challenges at the micro, meso, and macro levels of operation within the Mountain Rescue Association of Slovenia. Rescuers demonstrate a high level of personal resilience and an awareness of the importance of incorporating psychological assistance and support into regular training. The role of social work is primarily seen as supportive and integrative, as it could contribute to raising awareness of healthy communication, strengthening high-quality emotional support, and advocacy, particularly for the rights of humanitarian workers. Such an approach is consistent with contemporary guidelines of crisis social work, which emphasize the importance of interdisciplinary cooperation and the strengthening of resilience among individuals and communities.

KEY WORDS: Mountain Rescue Service, Social Work, Volunteering, Psychosocial Assistance and Support, Crisis Situations

Kazalo vsebine

1. Uvod 1

2. Teoretični uvod 2

2.1. Gorska reševalna zveza Slovenije 2

2.1.1. Zgodovina GRS 2

2.1.2. Organiziranost GRZS 5

2.1.3. Gorski reševalci 7

2.1.4. Sklad Okrešelj 8

2.2. Prostovoljstvo 9

2.2.1. Uvod v prostovoljstvo 9

2.2.2. Formalno in neformalno prostovoljstvo 10

2.2.3. Motivacija prostovoljcev 12

2.2.4. Ovire za prostovoljno delo 15

2.3. Socialno delo in krizne razmere 16

2.3.1. Opredelitev socialnega dela v kriznih razmerah 16

2.3.2. Kompetence in delavni odnos v kriznih časih 17

2.3.3. Intervencija v nesrečah 19

2.3.4. Ranljivost in odpornost 20

2.3.5. Socialno delo v kriznih situacijah 22

2.4. Psihosocialna podpora 23

2.4.1. Krizne situacije 23

2.4.2. Travma 24

2.4.3. Psihološka pomoč reševalcem 26

2.4.4. Skupnostna odpornost 28

2.4.5. Delo s svojci 30

3. Empirični del 31
3.1. Formulacija problema 31
3.1.1. Raziskovalna vprašanja 32
3.2. Metodologija 33
3.2.1. Vrsta raziskave 33
3.2.2. Merski instrument 34
3.2.3. Opredelitev enot raziskovanja 34
3.2.4. Zbiranje podatkov 34
3.2.5. Obdelava gradiva 35
3.2.6. Etika v raziskovanju 36
3.3. Rezultati 37
3.3.1. Motivacija prostovoljcev GRS 37
3.3.2. Izzivi v GRS 38
3.3.3. Psihosocialna pomoč in podpora 42
3.3.4. Priložnosti za vključitev socialnega dela 45
4. Razprava 47
5. Sklepi 55
6. Predlogi 57
7. Viri 58
8. Priloge 63
8.1. Priloga A: Smernice za intervju 63
8.2. Priloga B: Kodirne tabele 64
8.3. Priloga C: Osno kodiranje 110

1. Uvod

Tekom študentskih let sem imela priložnost spoznati delo v gorski koči, ki poleg skrbi za kočo in goste vključuje tudi odgovornost do okoliškega gorskega prostora. Pri tem sem se večkrat srečala z reševalnimi akcijami, tudi v primerih najtežjih in tragičnih nesreč. V takšnih situacijah smo nudili podporo pretresenim svojcem, poskrbeli za osebne predmete ponesrečencev ter ljudem v stiski pomagali z osnovno oskrbo, hrano in toplimi oblačili. Hkrati smo bili v podporo tudi članom gorske reševalne službe, ki so pogosto v zahtevnih vremenskih razmerah in nočnih urah izvajali tehnično ter psihično izjemno naporne intervencije.

Ob tem sem spoznala delovanje gorske reševalne službe in hitro ugotovila, da gre za obliko prostovoljstva, ki presega zgolj željo po pomoči drugim. Delo gorskih reševalcev je tehnično, fizično in psihično zahtevno ter vključuje soočanje z izjemno obremenjujočimi situacijami. To spoznanje je v meni vzbudilo željo po raziskovanju njihovega doživljanja lastnega poslanstva.

V magistrski nalogi sem zato raziskovala, kako aktivni člani gorske reševalne službe vidijo svoje delo, kako se soočajo s težkimi in travmatičnimi situacijami, kaj jih motivira za vztrajanje v prostovoljstvu ter kje sami prepoznavajo možnosti za izboljšave. Na podlagi izvedenih intervjujev sem poskušala osvetliti tudi povezave med delom gorske reševalne službe in področjem socialnega dela, kar bi lahko podkrepilo kakovost dela reševalne službe.

2. Teoretični uvod

Gorska reševalna zveza Slovenije (v nadaljevanju GRZS) je organizacija, ki deluje z namenom, da prostovoljno pomaga ljudem, ki doživijo nesrečo v gorah ali na drugih težko dostopnih terenih. GRZS združuje društva gorske reševalne službe (GRS). V sklopu svojih nalog tudi ozaveščajo o varnem obisku gora in usposabljajo svoje člane ter druge obiskovalce gora. Število obiskovalcev vsako leto narašča in s tem je tudi obremenitev gorske reševalne službe občutno večja (GRZS, b.d.). V koči v Julijskih Alpah, s 85 ležišči, je v poletni sezoni 2025 prenočilo dobrih 3000 pohodnikov in to zgolj v eni izmed mnogih koč. V istem letu je GRZS zabeležil že dobrih 600 intervencij, na katerih je bilo potrebno posredovanje GRS (GRZS, b.d.).

Dejavnosti društev Gorske reševalne službe obsegajo reševanje in usposabljanje članov za izvajanje reševanja in iskanja ponesrečencev na težko dostopnih terenih, reševanja z visokih stavb, reševanja iz kanjonov in dreves, ustrezno nudenje prve pomoči, transportiranje do zdravniške pomoči, reševanje iz gradbenih in drugih objektov v primeru potresov in drugih nesreč, razvijanje novih tehnik reševanja ter organizacija preverjanja znanja in vodstvo ustreznih evidenc o usposobljenosti članov (Statut društva Gorska reševalna služba – društvo Ljubljana, 2014).

2.1. Gorska reševalna zveza Slovenije

2.1.1. Zgodovina GRS

Kljub neizmerni naravni lepoti gora to okolje ostaja polno tveganj in nesreča tam nikoli ne počiva. V preteklosti so v višje ležeče vrhove prvi začeli zahajati lovci, zeliščarji, pastirji, rudosledci in rokovnjači. Večinoma jih je korak vodil tja s službenimi nameni in, tako kot danes, so je že takrat pripetilo nemalo nesreč. V začetku so pomoč v prvi vrsti nudili očividci, svojci, sosedje oz. domačini. Reševanje ni imelo nobene organizirane oblike in je bilo odvisno od naključno zbranih reševalcev (Habjan, Malešič, Oman Polajnar in Šegula, 2012, str. 18).

Prve nesreče so danes v večini že pozabljene, ohranjene so le še redke spominske plošče ali znamenja in redki zapisi v kronikah ali zgodovinskih zapisih (Habjan, Malešič, Oman Polajnar in Šegula, 2012, str. 19). Eden prvih bolj zgovornih zapisov reševanja sega v leto 1777, ko se je skupina osmih domačinov s Srednjega Vrha nad Martuljkom odpravilo v gore nakrmiti ovce, ki so prezimovale na višje ležečem rovtu. Le nekaj sto metrov nad vasjo je celotno skupino

pokopal plaz, preživel pa je le pes spremljevalec, ki so ga živega izkopali izpod snega in trupel naslednji dan (Malešič, 2005, str. 21). V leto 1822 sega prvo znano organizirano in alpinistično zahtevno gorsko reševanje, kjer so sodelovali gorski vodniki in nosači. Skupina nosačev in vodnikov se je odpravila poleti na vrh Triglava z nalogo, da vrh izmerijo. Začelo se je pripravljati k nevihti in večji del ekipe se je vrnil v dolino, trije pa so se zavoljo varstva merilnih naprav odločili, da bodo prenočili na vrhu. Okoli enajste ure zvečer je bila strela usodna za gorskega vodnika Korošca, katerega truplo so naslednji dan nosači in vodniki s težavami spravili v dolino (Malešič, 2005, str. 27).

Zametki prvih alpskih reševalnih služb segajo v 19. stoletje, ko so se tudi začele ustanavljati alpska društva. Slovensko planinsko društvo, ki je bilo ustanovljeno leta 1893, je močno povečalo priljubljenosti naših gora med prebivalstvom. Ustanovljenih je bilo več podružnic planinskega društva, člani društev so se aktivno ukvarjali z urejanjem, obnavljanjem in označevanjem starih in novih planinskih poti. Začeli pa so tudi z gradnjo prvih gorskih koč v naših hribih. S povečanjem zanimanja ljudi za gore, se je povečalo tudi število turističnih nesreč v gorah in potreba po večji organizaciji reševalnih ekip je z leti naraščala. Pred prvo svetovno vojno je bilo reševanje v večini primerov tragično, saj je bilo obveščanje in aktiviranje reševalnih ekip zelo zamudno. Najpogosteje se je zgodilo, da je ponesrečencev soplezalec odhitel v dolino in poročal o nesreči. To je bilo pogosto šele dan po dogodku in preden so reševalne ekipe dosegle poškodovanca je hitro minil še en dan ali celo več. V vmesnem času je moral ranjenec bivakirati v mrazu in v razmerah, ki so mu jih prinesle gore. Mnogi tega čakanja niso mogli preživeti (Habjan, Malešič, Oman Polajnar in Šegula, 2012, str. 21, 22).

Februarja leta 1912 so slovenski planinci doživeli novo tragedijo, ko je življenje na Stolu izgubil dr. Josip Cerk, ki je gor peljal skupino sedmih dijakov. Razmere so bile zimske in domačini so skupino opozorili, da razmere niso primerne za vzpon. Svaril niso upoštevali in ob borni opremi so krenili proti Prešernovi koči. Profesor je po svojih močeh poskušal pomagati dijakom, ki so s težavo le dosegli kočo, za dr. Cerka pa je bil usoden zdrs v globino. Naslednji dan so po dolgotrajnem iskanju našli truplo in po tem dogodku sta dr. Josip Tičar in dr. Jernej Demšar dala pobudo, da se je v Kranjski Gori ustanovila prva gorska reševalna postaja (Malešič, 2005, str. 85–86).

Datum uradne ustanovitve prve reševalne postaje je 16. junij 1912. Slovensko planinsko društvo (SPD) je sklicalo sejo, ki so se je udeležili večji del podružničnih odbornikov in tudi veliko domačinov, ki so se zanimali za organizacijo. Veliko prisotnih je obljubilo lastno pomoč

pri reševalni postaji in zagotovilo sodelovanje sosednjih vasi, Dovje, Mojstrana, Podkoren in Rateče. Dr. Tičar je naredil predavanje o prvi pomoči v gorah in zbranim obljubil, da bo v prihodnosti imel še več takšnih predavanj (Planinski vestnik, 1912, str. 148,149).

Po prvi svetovni vojni se je SPD ukvarjalo predvsem s popravilom planinskih koč, reševanja v gorah pa so bila prepuščena gorskim vodnikom, orožnikom, vojakom in drugim naključnim udeležencem. V letu 1921 so se organizirali Skalaši, ki so bili alpinistična in turnosmučarska družba, zanimanje za še neznane kotičke naših gora je zacvetelo. V klubu Skala je vsak član veljal za zaupanja vrednega in zanesljivega tovariša. Ko je prišlo do nesreče ali ko je nekdo potreboval pomoč, so bili vedno pripravljeni pomagati. Postopoma je reševanje v zahtevnih gorskih razmerah postalo vrednota in plačilo za reševanje je izgubljalo pomen. Sorazmerno z naraščanjem obiska gora je naraščalo tudi število nesreč. SPD je ustanovila Osrednji reševalni odsek, kar je bil prvi korak k ureditvi celovite gorske reševalne službe v slovenskih hribih. GRS je svojo učinkovitost izboljšala leta 1931, ko se je v SPD zamenjalo vodstvo in je omogočilo, da se je na Jesenicah ustanovilo podružni odsek, ki je lahko bolj učinkovito vodilo delo ekip na Gorenjskem. Še danes je GRS centralno organizirana reševalna služba z osrednjim odborom, danes imenovan Upravni odbor GRZS. Pomembni hribovski izhodiščni kraji imajo svoje reševalne postaje oz. društva (Habjan, Malešič, Oman Polajnar in Šegula, 2012, str. 25, 26).

V obdobju med obema vojnama, so reševanje postopoma prevzeli alpinisti, ki so k delu pristopali predvsem iz želje po reševanju življenj plezalskim kolegom oz. komurkoli, ki se poda v gore. V akcijah so bili izpostavljeni skrajnim naporom in pogosto na zelo zahtevnih terenih, v težkih razmerah, tvegali lastna življenja. Organiziranost in oprema sta postajali vse boljši, k neprestanim izboljšavam jih je sililo naraščajoče število nesreč. Naraščali so tudi stroški, ki so jih akcije terjale, večino finančnih sredstev je GRS pridobila s pobiranjem reševalnega prispevka po planinskih in gorskih kočah, s članarino SPD ipd. Reševanje poškodovanih planincev je postalo sestavni del organiziranega planinstva na Slovenskem. SPD se je v letih po drugi svetovni vojni preimenovala v PZS, hkrati so z GRS pričeli objavljati letna poročila in analize nesreč v okviru preventivne dejavnosti reševalnih služb (Habjan, Malešič, Oman Polajnar in Šegula, 2012, str. 29, 30).

V letu 1952 se je v severni steni Špika odvila zelo tragična reševalna akcija. V steni je življenje izgubilo pet plezalcev, od tega so bili trije rodni bratje. Zadnji je umrl v rokah reševalcev in če bi pomoč prišla pravočasno, bi eno ali dve življenji lahko še rešili. Zgodba tega reševanja se ni zaključila z vrnitvijo reševalcev v dolino, ampak so se na željo matere pokojnih bratov še enkrat

odpravili v steno in kljub zelo zahtevnim razmeram trupla sinov prinesli nazaj domov. Javnost je bila razklana in GRS je bila deležna številnih kritik, ker je pomoč prispela prepozno. Avtor Ciril Praček v knjigi zapiše, da kakorkoli bi izvedli akcijo, nikoli ne bi bili vsi zadovoljni. (Praček, 2000). Po tem tragičnem dogodku je GRS doživelo nekatere bistvene organizacijske spremembe. Območne GRS postaje so postale odgovorne za svoje prej dogovorjeno območje in so delovale kot neodvisne enote. Naloge so obsegale iskanja pogrešanih, skrbeti so morali za usposobljenost kadra, skrbeti za finance in ves čas dobro sodelovati z drugimi območnimi enotami, s komisijo za GRS, planinskimi društvi in z oblastmi. Primarno so skrbeli za svoje območje, po potrebi pa so na vseh področjih priskočili na pomoč tudi drugim postajam. Komisija za GRS s centralo v Ljubljani je tako odgovarjala na vprašanja, ki so bila skupnega pomena. Leta 1953 smo imeli v Sloveniji 99 gorskih reševalcev, ki so bili razdeljeni v 17 GRS postaj (Habjan, Malešič, Oman Polajnar in Šegula, 2012, str. 31). V letu 2006 pa se je ustanovila Gorska reševalna zveza Slovenije (krajše GRZS), ki je še danes neodvisna in samostojna zveza, ki ostaja v tesnem sodelovanju s PZS, z domačimi in tudi mednarodnimi zvezami (GRZS, b.d.).

2.1.2. Organiziranost GRZS

GRZS je sestavljena iz sledečih organov: Zbor gorskih reševalcev, Predsednik, Upravni odbor GRZS, Nadzorni odbor, Disciplinsko razsodišče, Strokovna služba in Posvetovalno telo. Upravni odbor nosi izvršno funkcijo, kar pomeni, da usklajuje in povezuje delo med društvi oz. postajami GRS in ustvarja čim bolj ugodne razmere za delo gorskih reševalcev. V skrbi ima organizacijsko enotnost, operativno učinkovitost, sodno opremljenost, moderne načine gorskega reševanja in reševanja na težje dosegljivih terenih. Znotraj Upravnega odbora so organizirane komisije, ki izvajajo področno specifične naloge. Organi upravnega odbora GRZS so Strokovna komisija, Zbor inštruktorjev, Komisija za reševalne tehnike, Komisija za letalsko reševanje, Komisija za medicino, Komisija za opremo, Komisija za zveze, Komisija za reševanje iz plazov in Komisija za informiranje in analize. V GRZS delujeta še odbora za Priznanja in Začasne komisije. Najvišji organ znotraj GRZS je Zbor gorskih reševalcev. Sestavljajo ga delegati z vseh postaj oz. društev. Glavna tema njihovih obravnav je kadrovska in strokovna problematika gorskega reševanja. Geografsko določena operativna območja v Sloveniji so naslednja: Bohinj, Bovec, Celje, Jesenice, Jezersko, Kamnik, Koroška, Kranj, Ljubljana, Maribor, Mojstrana, Radovljica, Rateče, Škofja Loka, Tržič, Kranjska Gora in Tolmin (Habjan, Malešič, Oman Polajnar in Šegula, 2012, str. 111). Z letom 2025 se je

ustanovila nova postaja GRS Ajdovščina, ki je doslej delovala pod okriljem GRS Tolmin (Občina Ajdovščina, 2025).

Članstvo društva GRS je prostovoljno in vse delo je neplačano. Člani se v osnovi delijo na gorske reševalce pripravnike in na gorske reševalce. Kasneje svoje znanje lahko nadgradijo s specializacijami za gorskega reševalca inštruktorja, gorskega reševalca letalca, gorskega reševalca inštruktorja za letalsko reševanje, zdravnika gorskega reševalca letalca in gorskega reševalca vodnika reševalnega psa. Dejavnosti GRS so financirane večinoma iz proračuna Republike Slovenije preko Uprave Republike Slovenije za zaščito in reševanje (krajše URSZR) in od Fundacije za financiranje invalidskih in humanitarnih organizacij v Republiki Sloveniji (krajše FIHO), ki ima vsakoletne javne razpise. Finančna sredstva GRS večinoma namenja opremi, ki jo reševalci potrebujejo na terenu. Ta zahteva redno posodabljanje in vzdrževanje. Reševalci potrebujejo dobro osebno zaščito. Sredstva gredo tudi za kritje sprotnih stroškov, za vzgojne in preventivne akcije, za zavarovanje, za delo strokovne službe, za zdravniške preglede in za ICAR članarino (Mednarodna komisija za gorsko reševanje) (Habjan, Malešič, Oman Polajnar in Šegula, 2012, str. 116, 117). Nekaj sredstev društva pridobijo tudi s prispevki donatorjev in sponzorjev, z dejavnostmi društva, preko članarin ipd. (Statut društva Gorska reševalna služba - društvo Ljubljana, 2014).

Mednarodna komisija za gorsko reševanje (ICAR) je organizacija, ki povezuje gorske reševalce po celem svetu in skrbi za razvoj ter izboljšanje tehnik gorskega reševanja. Kmalu po drugi svetovni vojni so ljudje začeli bolj množično hoditi v gore. Pogosteje je prihajalo do nesreč domačinov in tudi že do nesreč tujih gornikov. Pričel se je proces ponovne navezave stika s svetovnimi gorskimi reševalnimi službami (Habjan, Malešič, Oman Polajnar in Šegula, 2012, str.138). Glavno poslanstvo organizacije je širjenje znanja, izkušenj in dobrih praks, s katerimi si članice prizadevajo za večjo varnost tako reševalcev kot tudi vseh, ki se podajajo v gore. ICAR je neodvisna svetovna platforma, ki spodbuja sodelovanje med državami. Krepi medsebojno spoštovanje ter tolerantnost med različnimi narodi in kulturami (GRZS, b.d.).

Večinska pravna ureditev GRS je zapisana v Zakonu o varstvu pred naravnimi in drugimi nesrečami (krajše ZVNDN). Zakon ureja sistem zaščite, reševanja in druge pomoči v Sloveniji. Namen zakona je varstvo pred naravnimi in drugimi nesrečami in obsega tudi preventivno delo, ukrepe za zmanjševanje in odpravljanje posledic nesreč. Določa naloge države, občin, organizacij in prebivalcev. Usmerja delovanje posameznih reševalnih služb. GRS je sestavni del družbenega sistema zaščite in reševanja, ki deluje v javnem interesu, kar pomeni, da je GRS

javna služba posebnega pomena. URSZR skrbi za koordinacijo, načrtovanje in aktivacijo v primeru gorske nesreče oz. nesreče na zahtevnejšem terenu. Zakon določa, da Regijski center za obveščanje aktivira lokalno postajo GRZS, ko 112 prejme klic na pomoč. Po potrebi se aktivira tudi druge službe, kot je npr. helikopterska enota vojske ali policije in zdravstvene ekipe (Zakon o varstvu pred naravnimi in drugimi nesrečami, 1994).

2.1.3. Gorski reševalci

Člani GRZS so lahko alpinisti in hribovci s posebnimi znanji, kot npr. zdravniki, vodniki reševalnih psov ipd., ki so po programu, ki ga predpisuje GRZS, usposobljeni z znanjem prve pomoči in uporabe specializirane reševalne opreme (GRZS, b.d.).

Da postaneš gorski reševalec je potrebno prehoditi dolgo pot. Pot do alpinista zahteva ogromno časa in truda, pridobitev vseh znanj in usposabljanj za gorskega reševalca pa je še zahtevnejša. Število obiskovalcev naših gora narašča in s tem sorazmerno raste tudi število nesreč v gorah. Narave nesreč so pogosto tehnično zahtevne in vedno bolj je izpostavljena prva pomoč s prvinami urgentne medicine, sodelovanje helikopterske pomoči ter ustrezna tehnična oprema. Vse to sili GRS, da se njeni člani ves čas izobražujejo in nadgrajujejo svoja znanja. Aktivni gorski reševalci morajo imeti veljavno zdravniško potrdilo, da so fizično sposobni za zahtevno delo, in veljavno licenco. Slednjo podaljšujejo z rednimi usposabljanji, izobraževanji in seveda z aktivnim reševalnim delom (Habjan, Malešič, Oman Polajnar in Šegula, 2012, str. 156-158).

Od gorskih reševalcev se poleg fizične sposobnosti pričakuje tudi psihična sposobnost za delo na terenu. Primeren kandidat se priključi lokalnemu društvu GRS in začne triletno obdobje pripravništva, znotraj katerega pridobi potrebna znanja za letno reševalno tehniko, zimsko reševalno tehniko, nudenje prve pomoči in osnovno reševanje s helikopterjem. To zajema osnovni modul izobraževanja. GRS ves čas opozarja, da zgolj tehnično znanje ni dovolj, da postaneš gorski reševalec. Svoje delo jemljejo kot poslanstvo in način življenja. Potrebno je žrtvovati zajeten del prostega časa in biti vedno pripravljen priskočiti na pomoč. Vse opravljeno delo reševalcev v Sloveniji temelji na prostovoljstvu, kar pomeni, da za svoje delo ne prejemajo plačila (GRZS, b.d.). Če pride do intervencije med delovnim časom gorskega reševalca, ta za opravljeno delo prejme denarno nadomestilo. Kot je v pogovoru za RTV poudaril gorski reševalec Matjaž Šerkezi, reševalci sicer dobijo nadomestilo za odsotnost z delovnega mesta, vendar pa jih delo običajno počaka. To pomeni, da morajo kasneje opravljati nadure, zaradi česar delodajalci niso vedno navdušeni nad tem, da imajo med zaposlenimi člane GRS. Ti so

namreč glede na trende preteklih let vse pogosteje aktivirani in napoteni na teren. Nekoč so bili hribi večinoma obiskani le ob koncih tedna, danes pa se tako turisti kot tudi domači pohodniki v gore podajamo vse pogosteje tudi med tednom. Posledično so izostanki gorskih reševalcev z njihovih rednih delovnih mest še toliko bolj opazni. Največ dela imajo reševalci običajno poleti, ko je vrhunec gorniške in turistične sezone. Jeseni pa se, kljub še vedno velikemu obisku gora, alarm za intervencijo sproži redkeje. To pripisujejo dejstvu, da se v tem letnem času v gore praviloma podajajo bolj izkušeni gorniki kot poleti (Tratnik, 2024).

2.1.4. Sklad Okrešelj

Ena bolj odmevnih nesreč v naših gorah se je zgodila v poletju leta 1997. GRS je imela vajo za helikoptersko reševanje iz severne stene Turske gore. Med vajo je prišlo majhna nepozornost povzročila, da je helikopter izruval sidrišče, v katerega je bilo v tistem trenutku vpetih pet izkušenih gorskih reševalcev. Helikopterska sila je bila tako močna, da je v trenutku izruvala sidrišče in vseh pet reševalcev je zgrmelo v globino in umrlo na mestu (Malešič, 2005, str. 409, 410).

Tekom zgodovine Slovenske reševalne službe je veliko gorskih reševalcev med reševanji izgubilo življenje in težo izgube so predvsem čutile družine ponesrečenih. Danes se izpostavljenosti in tveganja zavedajo in vedno poskrbijo najprej za lastno varnost. To je edini način, da bodo potem lahko pomagali drugim (Tratnik, 2024).

Trinajst mladoletnih otrok je usodnega dne leta 1997 ostalo brez očetov in reševalcem je bilo hitro jasno, da morajo pomagati družinam ponesrečenih kolegov. Porodila se je ideja za pomoč otrokom ponesrečenih v obliki mesečne denarne pomoči za šolanje oz. za štipendijo. Leta 1998 so ustanovili Ustanovo Sklad Okrešelj (Habjan, Malešič, Oman Polajnar in Šegula, 2012, str. 127). Pri vzpostavitvi sklada so sodelovali predstavniki slovenskih medijev (RTVS), predstavnik finančnih ustanov (NLB), predstavnik PZS, predstavnik URSZR in seveda reševalci. Večji del sredstev so pridobili preko donacij z akcijo, ki jo še danes poznamo pod imenom pobude Podpornik GRS. Trinajstim otrokom so tako zagotovili redno mesečno finančno podporo do konca šolanja oz. do pridobitve želenega poklica (GRZS, b.d.)

Ustanovni akt Ustanove Sklad Okrešelj narekuje, da so do pomoči upravičeni vsi otroci gorskih reševalcev, ki so se med intervencijo smrtno ponesrečili ali postali invalidi I. ali II. kategorije. Enako velja tudi, če je do nesreče prišlo med usposabljanjem. Uprava Ustanova Sklad Okrešelj budno spremlja socialno situacijo družin gorskih reševalcev in konec leta 2021 so podali

predlog, da bi bili do enkrat letne denarne pomoči upravičeni tudi otroci GRS-jevcev, ki so preminuli ali postali invalidi I. ali II. kategorije izven organiziranih GRZS aktivnosti. V razpisu so ugotovili, da je do pomoči upravičenih 10 mladoletnih otrok, ki enkratni denarni znesek dobijo nakazan v decembru in ga imenujejo tudi Miklavževo darilo. Razpis se vsako leto ponovi in se tako redno pridobiva informacije o novih potrebah družin (GRZS, b.d.).

Ustanova Sklad Okrešelj skrbi, da so družine in otroci ponesrečenih gorskih reševalcev preskrbljeni in da niso spregledani del družbe. Prizadevajo si, da delo reševalcev ne bi negativno vplivalo na njihove družine in da bi člani GRS imeli večji občutek varnosti oz. zavarovanosti (GRZS, b.d.).

2.2. Prostovoljstvo

2.2.1. Uvod v prostovoljstvo

Ob misli na prostovoljno delo mnogi njegove začetke postavljajo že stoletja nazaj v zgodovino. Vendar je potrebno prepoznavati razliko med dobrodelnostjo in prostovoljstvom. Dobrodelnost je nekaj, kar je v družbi funkcioniralo kot metoda opravičevanja obstoječega družbenega reda in je utrjevala presežke družbene moči določenega dela prebivalstva. Prostovoljno delo pa je delovalo v smeri emancipacije različnih družbenih skupin in v smeri ustvarjanja svojega sveta in vrednot, ki so bili pogosto v nasprotju z že obstoječimi vrednotami. Tu je govora predvsem o družbeni pravičnosti in pacifizmu. Prostovoljno delo je pridobilo velik pomen v šestdesetih letih prejšnjega stoletja, ko so se ljudje počasi začeli upirati zbirokratizirani, institucionalizirani in kontrolno usmerjeni politiki. Delo prostovoljcev je igralo ključno vlogo pri razvoju skupnostnega dela, ustvarjanju novih storitev, pri deinstitucionalizaciji in pri izboljšavah na socialnem, zdravstvenem in izobraževalnem področju. Postopoma se je v državi oblikoval prostovoljni sektor (Flaker, 2001).

Podobno kot Flaker, tudi Frkač prostovoljno delo neposredno povezuje s solidarnostjo in z depriviligiranim delom družbe, z ljudmi, ki prej v življenju niso imeli priložnosti uspeti ali jih je preprosto družba potisnila na rob. Običajno so prostovoljci tisti ljudje, ki razmeroma dobro razumejo stisko ali prizadetost, ki jo občutijo posamezniki v družbi ali družbene skupine (Frkač, 1996).

ILO (International Labor Organization) prostovoljno delo predstavlja kot pomemben del družbenega in gospodarskega življenja, saj združuje posameznike, ki svoj čas in znanje

namenjajo v dobro drugih in to brez pričakovanja plačila. Gre za dejavnosti, ki jih ljudje opravljajo s prosto voljo in brez prisile. Namen dejavnosti pa je ustvarjanje dobrin ali nudenje storitev zunaj svojega gospodinjstva ali družine. Tovrstno delo ima večplastno vlogo, saj prispeva k razvoju skupnosti, spodbuja socialno povezanost ter krepi občutek državljanske odgovornosti. Poleg tega prostovoljstvo pomembno dopolnjuje delovanje države in neprofitnega sektorja, saj prispeva k zagotavljanju storitev in socialnih inovacij, ki bi sicer pogosto ostale neizpolnjene ideje. ILO definicijo prostovoljstva nadgradi s tem, da izpostavi, da prostovoljstvo ni le izraz solidarnosti, ampak je tudi pomemben družbeni mehanizem, ki aktivno deluje na krepitvi povezanosti, spodbujanju aktivnega državljanstva in trajnostnem razvoju družbe (ILO, 2016).

Prostovoljstvo v Sloveniji danes opisuje Zakon o prostovoljstvu, ki ga predstavi kot družbeno brezplačno aktivnost posameznikov, ki s svojim delom ali z znanjem ali izkušnjami prispevajo k izboljšanju kakovosti življenja posameznih ljudi in družbenih skupin. Pozitivno prispevajo tudi k razvoju solidarne in enakopravne družbe ter stremijo k enakopravnosti vseh družbenih članov. Krepi medsebojno solidarnost, spodbuja razvoj človeških zmožnosti in vseživljenjskega učenja, zagotavlja povezanost družbe in sodelovanje pri reševanju problemov posameznikov in družbe (Zakon o prostovoljstvu, 2011).

2.2.2. Formalno in neformalno prostovoljstvo

Prostovoljno delo je širok nabor različnih dejavnosti in celoten pojem lahko opredelimo glede na različne kriterije. Poznamo formalno in neformalno obliko prostovoljstva. Slednje se običajno razvijejo v obliki sosedske ali sorodniške pomoči. Formalne oblike pa se pogosteje formirajo v formalnih okoljih pod okriljem nekaterih organizacij (Flaker, 2001).

Ti dve obliki se razlikujeta v več ključnih vidikih, kot so narava dejavnosti, število sodelujočih, način nudenja pomoči ter motivi za vključitev. Formalno prostovoljstvo poteka v okviru organizacij, kot so društva, zavodi ali druge institucije, kjer prostovoljci delujejo po vnaprej določenih pravilih, nalogah, smernicah in ciljih. Za razliko od tega je neformalno prostovoljstvo manj strukturirano in običajno poteka med posamezniki v njihovem vsakdanjem življenjskem okolju. To so običajno družina, sosedi in lokalne skupnosti. Čeprav so tovrstne oblike pomoči večkrat manjše po obsegu, so odnosi med udeleženci pogosteje bolj osebni, pristni in zavezujoči. Pri formalnem prostovoljstvu pa so vloge, pravila in odgovornosti jasno

opredeljene, kar omogoča večjo organiziranost in sistematično delovanje prostovoljnega dela (Perić idr., 2021, str. 13).

Po navedbah Slovenske filantropije ima formalno prostovoljstvo posebno vlogo povsod tam, kjer je za učinkovito pomoč zahtevana strokovna usposobljenost in koordinacija večjega števila prostovoljcev. Še zlasti to velja pri nudenju podpore večjemu številu ljudi. Organizacije, ki temeljijo na formalnem prostovoljstvu, razpolagajo s strokovnim znanjem na področjih, kot so socialno delo, vzgoja, izobraževanje in kultura. Prostovoljcem zagotavljajo mentorje, ki jih usmerjajo, podpirajo in pripravljajo na delo (Slovenska filantropija, 2021).

Po drugi strani pa je v Nacionalnem načrtu za razvoj prostovoljstva do leta 2030 poudarjeno, da neformalno prostovoljstvo predstavlja temelj solidarnosti in povezanosti skupnosti, še zlasti v času stisk. Spontano prostovoljstvo ima ključno vlogo v kriznih razmerah, vendar je njegovo delovanje učinkovito le, kadar je usklajeno z organiziranimi oblikami pomoči, saj to omogoča boljši in kakovostnejši odziv na potrebe ljudi in skupnosti (Slovenska filantropija, 2023).

V letošnjem letu je bila zaključena raziskava opravljena na Poljskem, Madžarskem, Češkem in na Slovaškem, ki je raziskovala odnose med formalno in neformalno obliko prostovoljstva. Raziskava je potrdila, da če se posameznik vključi v katero koli izmed oblik prostovoljstva, se verjetnost, da se vključi tudi v drugo, poveča. S tem so dokazali, da formalna in neformalna oblika prostovoljstva ne tekmujeta, temveč se dopolnjujeta. Kompetence, pridobljene pri usposabljanjih za formalne oblike prostovoljstva, so pogosto uporabljene tudi pri neformalnem prostovoljstvu, kar pomeni da so stroški formalnega prostovoljstva dobra naložba, ki pomaga pri razvoju neformalnega državljanskega sektorja. Obratno pa vključitev v neformalno prostovoljstvo velikokrat vzbudi zanimanje za vključitev v formalno obliko dela prostovoljcev. Raziskava je pokazala tudi, da imajo finančni viri opazen vpliv pri vključevanju v katerokoli obliko prostovoljstva. Neenakost v bogastvu in dohodku je potencialna ovira za omejevanje sposobnosti posameznikov z nižjimi dohodki za vključevanje v prostovoljne dejavnosti. V oziru na občutljivost formalnega prostovoljstva na vire, je raziskava pokazala, da je formalna oblika bolj občutljiva na nihanja razpoložljivih finančnih sredstev in časa med potencialnimi prostovoljci. Formalna oblika zahteva večjo zavzetost, več posebnih znanj, veščin in psihološke zavezanosti. To so tudi razlogi, da posamezniki pogosto začnejo z neformalnim prostovoljstvom, saj so preprosto bolj dostopna vstopna točka tudi za ljudi z omejenimi viri (Potluka, Švecova, Blahova in Diatkova, 2025).

Gorska reševalna zveza Slovenije je oblika formalnega prostovoljstva, saj je organizirana kot zveza samostojnih, prostovoljnih, nepridobitnih društev, ki opravljajo humanitarne naloge javnega pomena. Opravljajo naloge zaščite, reševanja in pomoči v gorskem svetu in na ostalem zelo zahtevnem terenu. Svoje delo opravljajo tudi v primeru naravnih in drugih nesreč, ko so ogroženi varnost, zdravje ali življenje ljudi. GRZS člani so usposobljeni posamezniki, ki imajo teoretično in praktično znanje za reševanja v gorskem svetu in na težko dostopnih terenih. GRZS je v sistem zaščite vključena kot prostovoljna, humanitarna in neprofitna organizacija, ki ima status društva v javnem interesu (GRZS, b.d.).

2.2.3. Motivacija prostovoljcev

Prostovoljno delo je delo, za katerega se posamezniki odločajo sami in to s svobodno voljo. S svojim delom lahko koristijo drugim in zanj ne prejmejo plačila v fizični obliki. S svojim delom ne pomagajo le prejemnikom pomoči, vendar bogatijo tudi skupnost, poleg tega krepijo zaupanje vase, pridobivajo nova znanja, socialne spretnosti, izkušnje, spletajo nove prijateljske vezi ipd. (Gril, 2005).

Med prostovoljno delo štejemo organizacijsko prostovoljstvo, kjer posamezniki delujejo prek organizacij, in neposredno prostovoljstvo, pri katerem prostovoljci pomagajo drugim ljudem ali skupnostim brez posredovanja institucij. Čeprav prostovoljci za svoje delo ne prejmejo plačila, jim organizacije lahko nudijo povračilo stroškov, prehrano ali simbolična darila kot izraz hvaležnosti za njihov doprinos. Ključni vidik prostovoljstva je, da je to delo opravljeno povsem prostovoljno in svobodno. Brez kakršnekoli pravne ali administrativne obveznosti. To ga jasno loči od obveznih oblik dela, kot so družbeno koristno delo, vojaška služba ali obvezno praktično usposabljanje (ILO, 2016). To nudi država tudi gorskim reševalcem, ki jim zagotovi nadomestilo za izpad na delovnem mestu v času intervencije. Poskrbljeno je, da na akcijah reševalci ne stradajo in da so za zahteven teren primerno opremljeni in zaščiteni (Tratnik, 2024).

Prostovoljno delo na področjih socialnega varstva se v Sloveniji obstaja predvsem med mladimi, ki še niso pridobili stalne zaposlitve. Mladi so v tem življenjskem obdobju izpostavljeni solidarnemu delovanju in čutijo, kaj pomeni dajati in sprejemati. Smiselno bi bilo delati tudi na aktivnem vključevanju ostalih generacij v prostovoljstvo, saj je to eden od načinov za aktivno vključevanje v družbo in iskanje novih priložnosti. Vsako življenjsko obdobje prinaša svojevrstne spremembe. Poleg političnih sprememb, so tu pomembne predvsem ekonomske, socialne in kulturne, ki neposredno vplivajo na dobrobit posameznika.

Posamezniki tvorijo skupnost, ki je pojem za družbene odnose, ki jih združuje običajno nek skupen smisel za identiteto ali pripadnost (Mesec, 2003).

Narava dela, ki ga opravlja GRS, zahteva dobro fizično in psihično pripravljenost. Posledično so novinci v društvih večinoma mladi. Starejši reševalci so zelo izkušeni, vendar se z leti povečuje tveganje za poškodbe med samo akcijo. Večkrat pride do intervencije, ki zahteva sposobnosti mladih alpinistov (Tratnik, 2024). Proces pridobivanja znanja za GRS je dolgotrajen in zahteven. Od prostovoljcev zahteva veliko mero predanosti in zaupanja. Delo temelji na medsebojnem zaupanju, saj majhna napaka lahko ogrozi varnost cele ekipe. Z željo po pomoči prijateljem, ki se jim v gorah zgodi nesreča, se je začela razvijati organizirana gorska reševalna služba, ki so jo oblikovali večinoma mladi alpinisti (Habjan, Malešič, Oman Polajnar in Šegula, 2012, str. 156, 157).

Vsak član prostovoljnih organizacij ima svoj razlog, da se priključi dejavnosti. Mladi so v okviru raziskave v letu 2005 navedli kot razlog za vključitev v prostovoljno delo željo po nabiranju izkušenj pri delu z ljudmi, željo delati kaj koristnega, pomagati ljudem v stiski, prispevati k boljši družbi, izkoristiti prosti čas, naučiti se komunikacije, pridobiti nove prijatelje, spoznati različne ljudi, preveriti poklicne možnosti, izboljšati oz. pridobiti samozavest, javno delovati, pripadati skupini, biti del skupnosti ipd. (Gril, 2005, str. 65).

V večini primerov je glavni pobudnik za pristop k prostovoljnemu delu prilagojen dotičnim osebnim motivom. Ljudje se za delo odločajo, kadar v prostovoljnem delu začutijo tisto, kar jih osebno nagovarja. V raziskavi leta 1994 so udeleženci prejeli naključno dodeljene naloge, ki so bile za nekatere v skladu z njihovimi interesi in za druge ne. V rezultatih se je videlo, da so se posamezniki, ki so dobili nalogo, ki je zavzemala njihova interesna področja, pogosteje odločili za prostovoljstvo. Tisti, ki pa so dobili nalogo, ki ni bila v skladu z njihovimi interesi, so pokazali občutno nižji interes za sodelovanje pri nalogah (Clary, 1994).

Motivacijo v grobem lahko razdelimo na dva osnovna tipa. Prvi tip je notranja motivacija, ki zavzema osebne želje in potrebo po samouresničitvi, spoštovanju, občutku koristnosti in pripadnosti skupnosti. Če ne pride do uresničitve teh potreb, lahko nastopijo občutki osamljenosti, manjvrednosti in posledično zmanjšanja kakovosti opravljenega prostovoljnega dela. Drugi tip pa je zunanja motivacija, ki jo sestavljajo dejavniki okolja. Ti dejavniki spodbujajo kakovostno in učinkovito delo, mednje uvrščamo podporo, mentorske programe in usposabljanja. V primeru slabe komunikacije z vodstvom ali zaradi neustreznih delovnih

pogojev lahko pride do upada motivacije prostovoljcev za delo. Ta se lahko zmanjša ali celo izgine (Deci in Ryan, 2000).

Sistematični pregled raziskav v zadnjih sedmih letih je pokazal, da prostovoljce najpogosteje žene kombinacija notranjih vrednost, družbenih odnosov in zunanjih nagrad. Pogosto prostovoljci želijo preko svojega dela izražati osebne vrednote ter svoja etična in moralna prepričanja. V sebi čutijo notranjo dolžnost k prispevanju k pozitivnim spremembam v družbi in preko tega najdejo osebni smisel in zadovoljstvo. Raziskava je pokazala, da organizacije, ki znajo pristopati k izpolnjevanju notranjega namena, pogosto razvijejo zelo predane in strastne prostovoljce. Zunanje motive pa pogosto sestavljata potreba po vzpostavljanju odnosov in potreba po občutku povezanosti in pripadnosti. Spodbujanje socialnih vezi znotraj prostovoljskih organizacij lahko posledično krepi sodelovanje in povezanost skupnosti (Kamri, idr., 2025). Pomembno gonilo človekovega dela je tudi denar, ki velja za učinkovitega in enostavnega motivatorja z izjemno veliko moči. Pogosto deluje kot univerzalna nagrada in poskuša doseči pravičen način nagrajevanja zaposlenih znotraj organizacij. Ni pa nujno vedno motivator. Raziskave so pokazale, da je pri dobro plačanih ljudeh, denarna nagrada majhnega pomena, med tem ko je pri slabo plačanih ljudeh, nagrada še kako dobrodošla. Obstajajo tudi negativni učinki denarne motivacije, saj lahko povzroči demotivacijo in pogosto je preprosto priznanje in avtonomija bolj učinkovita nagrada, kot denar (Furnham, 2012).

Preko spletnega vprašalnika so v letu 2023 opravili raziskavo z več kot 5000 prostovoljci na področju prve pomoči oz. delovanja v kriznih razmerah o dejavnikih, ki jim motivacijo zvišajo ali znižajo. Najmočnejši trije negativni dejavniki ob sprožitvi alarma ob intervencijah so občutek duševne obremenjenosti, predvsem če prostovoljec ne ukrepa in ob tem čuti krivdo. Drugi tovrstni dejavnik je občutek, da dodatna pomoč ni potrebna, tretji pa je utrujenost zaradi pogostih in časovno neustreznih alarmov, ki pogosto zvonijo ponoči oz. v času, ko to močno zmoti vsakdanje življenje prostovoljca, ki dela v kateri izmed oblik prve pomoči. Dejavnik, ki tudi občutno niža motivacijo prostovoljcev je neizpolnjenost pričakovanj in podcenjevanje njihovega dela s strani organizacije. Najmočnejši pozitivni dejavniki so bili občutek pripadnosti in koristnosti za skupnost, osebno zadovoljstvo ob nudenju pomoči drugim ter občutek primerne usposobljenosti in kompetentnosti v dani situaciji. Slednje potrjuje, da je občutek smisla in znanja pomembnejši od zunanjih spodbud, kot so npr. pohvale in nagrade. Višjo motivacijo je bilo moč zaznati tudi pri prostovoljcih, ki so v zadnjem letu dobivali pozive na akcije, kot pri tistih, ki v enem letu niso prejeli nobenega poziva. To nakazuje, da bi bilo

smiselno aktivno vključevati tudi manj angažirane prostovoljce, ker je možno, da motivacija kasneje ponovno naraste (Prytz, Norrblom, Pilemalm, Granberg in Jonson, 2023).

2.2.4. Ovire za prostovoljno delo

V Sloveniji največjo oviro za izvajanje prostovoljnega dela organizacijam povzroča finančni aspekt. Organizacije so večinoma vezane na razpise in pridobivanje sponzorjev. Večkrat pride tudi do pomanjkanja informacij o možnostih financiranja. Mnoge organizacije se srečujejo s težavo pridobivanja novih prostovoljcev, ker je zanimanja oz. motivacije med mladimi malo, ker se organizacija nahaja na lokacijsko neugodnem mestu ali ker ji primanjkuje kadra in sredstev. Slednjih pogosto primanjkuje celo za osnovne nagrade za prostovoljce, kar ni urejeno niti sistemsko. Izzivi so tudi pri ohranjanju prostovoljcev za daljše časovno obdobje. Redkeje pa se organizacije srečajo z ovirami slabega sodelovanja z drugimi organizacijami ali z ovirami slabe politike organizacije za prostovoljce (Gril, 2005).

Bistvena značilnost prostovoljnega dela je prostovoljna izbira za delo, vendar se danes večkrat pojavi omejevanje proste izbire, saj strukturne družbene neenakosti in širši družbeni kontekst temu nasprotujejo. Raziskave razkrivajo, da so ovire za prostovoljstvo lahko večplastne. Pogosto so te osebne, družinske, socialne, institucionalne ali strukturne narave. Ugotovljeno je bilo tudi, da so določene demografske značilnosti, kot so npr. starost, spol in invalidnost, povezane z večjim številom ovir. Kljub vsemu prostovoljstvo še vedno prinaša dokazane koristi za zdravje, dobro počutje in povezanost v skupnosti. Se pa kaže, da ljudje iz manj privilegiranih okolij redkeje sodelujejo v vlogah prostovoljcev. To nakazuje na to, da ljudje, ki bi od prostovoljstva lahko imeli največ, pri tem najmanj sodelujejo. Porodi se vprašanje družbene in zdravstvenih neenakosti, ki izhajata iz neenake dostopnosti do prostovoljnih dejavnosti (Southby, South in Bagnall, 2019).

Gorsko reševanje je iz vidika dostopnosti bolj specifično, saj so že za pristop k organizaciji potrebna specifična znanja in spretnosti. Po mnenju gorskega reševalca Matjaža Šerkezija so mladi po tridesetem letu že praktično prestari, da bi začenjali svojo GRS pot. Za akcije je potrebna mlada in močna ekipa, saj se s starostjo reševalcev veča tudi tveganje za nesreče. Za gorskega reševalca ni primeren človek, ki je bil v življenju nekajkrat v hribih. Potrebne so izkušnje in osnovno znanje alpinizma. Posledično so za gorske reševalce osnovni bazen za nabiranje podmladka mladi alpinisti. Nekoč novačenje ni bilo problem, ker je bilo zanimanja veliko, danes pa je slika malo drugačna. Bazen alpinistov se krči, intervencije vse pogosteje

zasedajo delovne dneve gorskih reševalcev, kar delodajalcem ni po godu. Šerkezi vidi problem tudi v prekomernem sedenju pred ekrani in v premajhni aktivnosti mladih. Rešitev vidi le v profesionalizaciji gorske reševalne službe, saj trenutna ureditev ne ustreza tempu in organizaciji naše družbe (Tratnik, 2024). Od pandemije COVID-19 podatki o dobrem fizičnem stanju Slovenskih otrok niso obetavni. Pri otrocih in mladostnikih so se pokazale izrazite spremembe v telesnem in gibalnem razvoju, gibalna učinkovitost mladine se je občutno znižala (Starc, Kovač, Leskovšek, Sorić in Jurak, 2023). Šerkezi izpostavlja, da je potrebno iti v vrtce in že od malih nog ozaveščati o varni hoji v gore, o pomenu ohranjanja gibalnih sposobnosti in o ohranjanju narave. Otroci to shranijo v dolgoročen spomin in morda te spremembe prinesejo tudi domov k staršem (Tratnik, 2024).

2.3. Socialno delo in krizne razmere

2.3.1. Opredelitev socialnega dela v kriznih razmerah

Socialno delo ni formalno umeščeno v sistem varstva pred naravnimi ali drugimi nesrečami, se pa kot stroka, ki se bori za pravice ranljivih skupin, želimo razvijati in prispevati k reševanju tudi v kriznih razmerah. Med letoma 2007 in 2009 je bila na območju Mestne občine Ljubljana opravljena raziskava o pripravljenosti predvsem socialnovarstvenih organizacij na primer izrednih razmer. Rezultati so pokazali, da je pripravljenost ustanov na naravne in druge nesreče precej šibka. Problematični so predlogi odzivni časi, ko pride do kriznih situacij, pomanjkanje kadra, porazdelitev virov in pomoči med prebivalstvom (Rode, Zidar, Lamovšek, Škerjanc in Urek, 2010).

Socialno delo je poklic, ki temelji na praksi. Je tudi akademska disciplina, ki spodbuja družbene spremembe in razvoj, družbeno kohezijo ter opolnomočenje in osvoboditev ljudi. V središčnem fokusu socialnega dela so načela socialne pravičnosti, človekovih pravic, kolektivne odgovornosti in spoštovanja raznolikosti (IFSW, 2014). Tudi v Poštrakovem članku je socialno delo predstavljeno kot poklicna in akademska disciplina, ki spodbuja družbene spremembe in razvoj, družbeno povezanost in krepitev ter svobodo ljudi. Pomemben korak naprej v socialnem delu je bil prehod od dela na socialnih sistemih k delu z ljudmi in družbenimi strukturami ter vključitev emskega vidika uporabnikov, ki so se v proces dela lahko vključili v vlogi strokovnjakov za lastne izkušnje. Družba danes je izrazito heterogena in za uspešno delo je potrebno v procesu upoštevati kulturno raznolikost, izkušnje uporabnikov in strukturirane

družbene procese. Današnja definicija socialnega dela zajema teoretična znanja, akademski okvir in uporabnikovo izkustveno vednost (Poštrak, 2018).

Metode socialnega dela so zgrajene na temeljnem teoretičnem poznavanju etike, osnovnih procesov pomoči, delovanja družbe, pravnih in upravnih znanj, dinamike medosebnih procesov in doživljanj. Metode so zgrajene tudi iz konkretnih spretnosti, metodologij dela in so istočasno usmerjene v vrednote socialnega dela. Vrednote so spoštovanje človeka in človeške različnosti, samoodločanje, možnost izbire, antidiskriminacijska aktivnost, preprečevanje stigmatizacije in boj za pravice do socialne varnosti. Socialni delavec mora pri strokovnem delu imeti do uporabnika spoštljiv odnos, empatijo in mora dosledno upoštevati uporabnikove izkušnje in stališča. Pomembno je, da zna uporabnika poslušati, spraševati, ga spodbujati ter ga podpreti. Pri delu mora biti samozavesten, kreativen in inovativen, saj rešitev problemov ni dana vnaprej in morata pot do nje najti socialni delavec in uporabnik skupaj (Flaker, 2003, str. 16). V kriznih situacijah je pomembno hitro stabiliziranje in zaščita uporabnikov, zato gre običajno za zelo dinamično delo, ki zahteva veliko mero inovativnosti in sodelovanja z vsemi udeleženimi v situaciji. Standardno socialno delo ima proces načrtovan in strukturiran, vrh tega je prilagojen posameznemu primeru. Centri za socialno delo imajo konkretneje metode dela določene znotraj konkretne naloge, ki jo delavec opravlja. Vrednote in etika so pri delu smerokaz za socialne delavce. Teorija informira in razlaga, spretnosti usposabljajo delavce za delo, metodična načela pa organizirajo postopke v logične in smiselne celote. Konkretni kontekst in naloga dajeta organizacijski okvir in neposredno oblikovanje (Flaker, 2003, str. 16). V kriznih razmerah je konkretni kontekst in organizacijski okvir težje vnaprej predvideti, saj odločanja potekajo na podlagi hitrih ocen potreb ljudi na terenu. Še vedno pa temeljni cilji in vrednote socialnega dela v vseh okoliščinah ostajajo nespremenjene, pristopi se le prilagodijo časovnim stiskam in nepredvidljivosti situacij.

2.3.2. Kompetence in delovni odnos v kriznih časih

V primeru kriznih razmer se socialno delo poleg vprašanja o materialni preskrbljenosti posveča tudi vprašanju dobrobiti posameznika. Za to delo je potrebno veliko inovativnosti in raznoraznih spretnosti. Prva pomembna spretnost je sposobnost zaznavanja samega sebe. Tu gre za dogajanje znotraj socialnega delavca, ko v njem poteka proces odločanja in načrtovanja za nadaljnja ukrepanja. Socialni delavec prejema informacije in iz njih skuša sestaviti širšo sliko. Vse to dogajanje je prostemu očesu nevidno. Sposobnost zaznavanja je veščina, da uporabnika ne samo gledamo, ampak tudi vidimo. Gledati ne pomeni vedno tudi videti. Kot

strokovnjaki se na zavedni ali nezavedni ravni odločimo, katere stvari bomo z gledanjem tudi videli. Podobno je s poslušanjem, ko je treba uporabnika slišati in ne samo poslušati. Videti in poslušati sta dve pomembni komponenti opazovanja in posledično zaznavanja. Pri delu je smiselno uporabljati vseh pet človeških čutov, ki nam pomagajo pri tem, da na vsakega uporabnika, na vsako situacijo, gledamo kot na nekaj čisto novega. Enostavno se je ujeti v zanko starega, se pravi nečesa, kar smo že videli, in zato domnevno že poznamo vse rešitve. Pomembno je, da pustimo ljudem čas, da jih ne priganjamo, ker s tem uničujemo varen prostor, ki se ga trudimo z uporabnikom ustvariti (Middleman in Wood, 1990).

Kognitivna spretnost je druga pomembna veščina, ki nam pri delu pomaga prepoznavati misli in čustva, ki jih naši uporabniki doživljajo tekom sodelovanja. Uporabniki bodo na mnoge različne načine pošiljali majhne in komaj zaznavne signale in naša naloga je, da te signale v čim večji meri znamo identificirati in ovrednotiti. Preko prepoznavanja čustev lahko razvijemo empatijo do uporabnika, ki bo to začutil in se bo v delovnem odnosu počutil bolj varnega in tudi slišanega. Priporočljivo je, da uporabnikovo pripoved povežemo z nečim, kar je tudi uporabniku že znano in s tem domače. Pri kognitivni spretnosti je samorefleksija izjemno velikega pomena. Socialni delavec se mora zavedati trenutkov, ki so se zgodili, kaj se ni zgodilo in kaj bi se lahko zgodilo. To nas prisili k sprotnemu delu, k napredku (Middleman in Wood, 1990 str. 19-42). Naslednja je spretnost postavitve varnega in udobnega prostora in to v fizičnem in psihološkem smislu. Nadalje je spretnost obvladovanja lastnih čustev in prepoznavanja ter odzivanja na čustva uporabnikov. Spretnost obvladanja informacij in slišano smiselno strniti v povratne informacije, delati povzetke in povzemati bistvene dele povedanega. Zelo pomembne so tudi spretnosti sodelovanja z drugimi reševalnimi službami, prostovoljci ipd., komunikacijske spretnosti, ki ustvarjajo čustveno podporo, spretnosti za koordinacijo potrebnih virov, strateške spretnosti, organizacijske spretnosti in spretnosti za delo z različnimi skupinami ljudmi in posamezniki. Potrebno je tudi znanje za soočanje z ovirami in obvladovanje konfliktnih situacij (Middleman in Wood, 1990).

Motnje v delovnem odnosu so vedno prisotne, zato je pomembno, da ima socialni delavec znanje, s katerim te motnje prepozna in jih na miren način razreši v sodelovanju z uporabnikom. Motnje so povezane z osebnostnimi kvalitetami socialnega delavca, uporabnika ali z družbenim kontekstom. Pričakovanja so običajno vir nesporazumov, zato je bistvenega pomena, da je socialni delavec v konstantnem dialogu z uporabnikom. Lahko je motnja ovira, ki pa ima potencial, da zraste v nekaj poučnega za vse udeležence. Najpogosteje do motenj pride že v

prvi fazi sodelovanja, ko se dogovor o sodelovanju še oblikuje in socialni delavec in uporabnik v delovni odnos morebiti vstopata z različnimi pričakovanji, upanji in izkušnjami (Čačinovič Vogrinčič, 2010). Gorski reševalec Matjaž Šerkezi pripoveduje, da se na akcijah nemalokrat zgodi, da ponesrečenci karajo reševalce ter jim govorijo, kako bi bilo potrebno delati. Ljudje imajo napačna pričakovanja, gorskim reševalcem pa ne preostane drugega, kot da ponesrečenega vseeno varno spravijo v dolino in se ne spuščajo v konflikt (Tratnik, 2024).

Bistvo odnosov v socialnem delu je soustvarjanje in to sogovorniku sporočimo že takoj na začetku pogovora, ko sklenemo dogovor o sodelovanju. Na tej točki moramo svoja pričakovanja, misli, izkušnje deliti s sogovornikom, da preprečimo nastanek nepotrebnih motenj v delovnem odnosu. Po jasno izraženi privolitvi v sodelovanje sledi instrumentalna definicija problema, ki je ključnega pomena, saj je ta definicija hkrati tudi instrument za rešitev. Pomembno se je zavedati, da je vsak udeleženec v pogovoru strokovnjak na svojem področju. Osnova za dobro in rodovitno delo v socialnem delu je dosledna pravilna uporaba jezika socialnega dela. To je jezik sprememb, ki ubesedi uresničljive poti in tiste najmanjše posamezne korake, preko katerih stopamo v smeri želenih izidov. Preko jezika raziskujemo sedanjost in soustvarjamo prihodnost, biti mora spodbuden, pozitiven in spoštljiv (Čačinovič Vogrinčič, 2010).

2.3.3. Intervencija v nesrečah

Naloge v primeru naravnih in drugih nesreč v veliki meri obsegajo pomoč udeleženim v nesreči, njihovim družinam, očividcem in reševalcem, ki so v nesreči pomagali. Ljudje imajo različne potrebe, ki jih glede na čas lahko razvrstimo na takojšnje, kratkoročne in dolgoročne (Lavrič in Štirn, 2016). Ključne naloge socialnega dela so pridobitev ažurnih in natančnih informacij, identifikacija in prepoznavanje ljudi, skupin in skupnosti, ki so v času izrednih razmer lahko še posebej ranljive, zagotavljanje socialne oskrbe in preskrbe, zagotavljanje dostopa do institucij in ostalih potrebnih storitev (zdravstveni domovi, CSD-ji, policija ipd.), pomoč pri realizaciji pravic ponesrečencev, zagotavljanje strokovne pomoči, pomoč pri urejanju dokumentacije, neposredna pomoč in asistenca (Gril in Šeme, 2021).

Na kraju dogodka je potrebno ponesrečenim nuditi prvo psihološko pomoč. RAPID model prihaja iz ZDA in v proces vključuje pet osnovnih korakov. Prvi korak je stik, kjer na ustrezen način pristopimo do posameznika in mu razložimo našo vlogo. Ponesrečenca vprašamo, kaj se mu je zgodilo, kaj je doživel ter kako se počuti (Lavrič in Štirn, 2016). Ko zaznamo, da je

človek v stiski oz. pod stresom, mu moramo dobro prisluhniti ter ga aktivno poslušati. Pozorni moramo biti na neverbalno komunikacijo ter svojo prisotnost v situaciji sporočati tudi z našo neverbalno komunikacijo. Ovrednotiti moramo misli in čustva, ki jih ima sogovornik, in se izogibati prekinjanju sogovornika. Ta naj svojo situacijo opiše s svojimi besedami, podvprašanja postavljamo le po potrebi. Pomembno je, da ponudimo svojo pomoč in podporo. To je lahko preprost objem, spodbudne besede ipd., vendar mora biti vse odobreno s strani našega sogovornika (Salazar, 2024). V prvi fazi je potrebno poskrbeti tudi za zagotavljanje praktične pomoči, kot je npr. voda, hrana, obleke, odeje, elektrika ipd. V primeru, da človek ni več v varnem okolju, ga je potrebno spraviti na varno mesto. Pridobiti je potrebno osebne podatke ponesrečencev ter ranljivejšim skupinam, kot so npr. otroci, stari, priskrbeti ustrezno pomoč. V naslednjem koraku že naredimo oceno stanja. Pogledamo temeljne fizične, psihične in socialne potrebe posameznika ter spremljamo njegovo vedenje in pripoved. Pomembno je ponesrečenim predati zavedanje, da so njihova občutja in doživljanja pričakovana in razumljiva. V tretji fazi ocenimo, katerim potrebam je treba najprej zadostiti, in smo ob tem pozorni na dejavnike tveganja, ki so lahko izguba doma ali ločitev od družine, telesna poškodba posameznika, ki zahteva nujno zdravstveno pomoč, in bližina smrti, s katero se je morebiti srečal poškodovanec ali pa je videl mrtve ljudi. Četrti korak je intervencija, kjer je vse odvisno od posameznikovih aktualnih potreb. Naša naloga ni, da rešimo problem, cilj je ublažitev stiske in vzpostavitev občutka varnosti in poiskati možnosti za samopomoč. Peti korak je spremljanje, kjer se dogovorimo za morebitna dodatna srečanja in ga po potrebi napotimo do drugih strokovnih služb in virov pomoči in podpore. Redki potrebujejo podporo tudi v dolgoročni fazi, kjer so posamezniki deležni strokovne obravnave ustreznega psihoterapevta (Lavrič in Štirn, 2016).

V nastali krizni situaciji so pravočasen odziv, organizacija in učinkovita razdelitev nalog ključnega pomena. Potrebno je spoznati specifične značilnosti posameznikov ter na vsakem koraku skrbeti, da so varovane in spoštovane človekove pravice (Rode, Zidar, Lamovšek, Škerjanc in Urek, 2010).

2.3.4. Ranljivost in odpornost

Socialno delo se v izrednih in kriznih razmerah srečuje z velikimi izzivi v prilagajanju pristopov in metod. Izziv je iskanje ustrezne podpore in pomoči ljudem na mikroravni, na mezoravni ter na makroravni. Alenka Gril in Mojca Šeme sta se v raziskavi spraševali, kako se lahko socialno delo vključuje v odpravljanje posledic različnih katastrof, ki v družbi sprožajo stanje izrednih

razmer. V raziskavi sta posebej izpostavili situacijo v družbi po pandemiji COVID-19. Avtorici želita definicijo katastrofe razširiti, saj to vidita kot način za razvoj novih oblik načrtovanja odzivanja v primeru nastanka kriznih razmer. Preko tega bi dosegli, da delo socialnega dela v čim večji meri pomaga prizadetim uporabnikom, ki so utrpeli škodo zaradi nesreče katerekoli vrste. Spremembe predlagata na vseh treh ravneh delovanja socialnega dela. Na mikroravni bi morali aktivno iskati načine stika in možnosti za pomoč na daljavo. Na mezoravni bi morali okrepiti življenje skupnosti, sodelovanje organizacij in celotnega prebivalstva. Na makroravni bi bilo smiselno spodbuditi strukturne spremembe in spremembe v socialni politiki. Odpraviti bi morali dele, ki krepijo družbeno neenakost. Pomoč in podpora morata biti usmerjeni ne le v okrevanje, ampak tudi v krepitev skupnostne odpornosti, znanja in spretnosti ljudi. Nikakor pa ne sme ostati spregledana tudi skrb za socialne delavce, ki se v kriznih razmerah izpostavljajo velikim tveganjem in stresu. Preprečiti je potrebno pojav izgorelosti ter preko tega ohranjati kakovost pomoči, ki jo nudijo uporabnikom (Gril in Šeme, 2021).

Najpogostejša teoretska koncepta, ki usmerjata načrtovanje odzivov in učinkovito ukrepanje na področju socialnega dela, sta ranljivost in odpornost (Gril in Šeme, 2021). Ekološko-sistemski pristop omogoča celovito razumevanje vpliva, ki ga ima posameznik na družbeno okolico in socialna okolica na posameznika, ter preko tega omogoča identifikacijo ranljivega posameznika, skupine ali skupnosti. Pomaga nam prepoznati, kako različni družbeni, okoljski in institucionalni dejavniki vplivajo na posameznikovo zmožnost spopadanja s posledicami kriznih razmer. Ko pride do nesreče, se na terenu izvaja analiza škode, tveganj in potreb prizadetih ljudi. Analizira se tudi potencialne vire moči in varovalne dejavnike, ki so lahko v pomoč pri okrevanju. Razlike med dejavniki tveganja in varovalnimi dejavniki določajo stopnjo ranljivosti in to na različnih ravneh socialnega sistema. Lahko gre za posameznika, za družino, sosesko, lokalno skupnost, državo ipd. Ranljivost je večja pri tistih, ki so bolj izpostavljeni tveganjem in imajo manj dostopa do varovalnih dejavnikov. Naloga socialnih delavcev je, da s prizadetimi oblikujejo strategije spoprijemanja s situacijo in načrt krepitve varovalnih dejavnikov. Ukrepi so lahko na različnih ravneh, lahko gre za individualno podporo, za krepitev osebnih kompetenc, skupnostni pristopi, spodbujanje sodelovanja, solidarnosti, vključevanja in obnovitev socialnih mrež. Ekološko sistemski pristop je ciljno usmerjen in temelji na razumevanju kompleksnih razmerij med posameznikom in njegovim okoljem. Istočasno pa spodbuja aktivno vlogo uporabnikov pri sooblikovanju rešitev, kar dolgoročno poveča tudi njihovo odpornost. Skupni cilj vsem udeležencem pa je oblikovati skupnost, ki se bo znala učinkoviteje odzivati na prihodnje krizne razmere (Bragin, 2014).

2.3.5. Socialno delo v kriznih situacijah

Delo organizacij za zaščito in reševanje v izrednih razmerah je ključnega pomena. Pomembno pa je tudi vključevanje organizacij in posameznikov na področju socialnega dela. Slednje ima pomembno vlogo v vseh treh fazah spoprijemanja v izrednih razmerah. Prva je faza načrtovanja pripravljenosti, druga je faza odzivanja na krizne razmere in tretja je faza okrevanja. Temeljno poslanstvo socialnega dela je tudi v primeru kriznih razmer skrb za najranljivejše in posameznike, skupine ali skupnosti, ki jih je družba potisnila na rob. Raznolikost izrednih razmer zahteva uporabo različnih pristopov in metod socialno delovne pomoči. (Bauwens in Naturale, 2017). Socialno delo je veda, ki ima že v svoji osnovi zapisano široko mero fleksibilnosti in stalnega prilagajanja specifičnim okoliščinam. Preko dela konstantno razvija nove metode in z njimi odgovarja na nastale potrebe in dinamiko situacije. Delo pogosto poteka v nepredvidljivih situacijah in zahteva veliko mero inovativnosti, ustvarjalnosti in iskanja izvirnih rešitev. Pomembno je, da socialni delavci znamo delovati v tovrstnih situacijah in da v procesu dela še vedno dosledno uporabljamo temeljne strokovne vrednote socialnega dela (Flaker, 2003, str. 22,23).

Naloga socialnega dela je zagotavljanje psihološke in čustvene podpore v fazi takojšnjega odziva. Na terenu sodelujemo z drugimi reševalnimi službami in ljudem pomagamo pri spopadanju s čustveno travmo, z organizacijo nujne pomoči, kot je npr. nastanitev, hrana ipd. ter poskrbimo, da nihče v situaciji ne ostane spregledan. V fazi okrevanja se ljudem pomaga priti do dolgoročne pomoči, stanovanja, zdravstvenih storitev in do obravnave travm. Preko skupnega dela skupnosti in družin se krepi odpornost posameznikov in skupnosti ter se aktivno dela na vzpostavitvi občutka varnosti in stabilnosti. Faza pripravljenosti vključuje načrtovanje pripravljenosti in zagovorništvo. Slednje zagovarja pravičen dostop do virov in izboljšanje sistemske pomoči, predvsem za ranljive skupine. Socialno delo s svojim znanjem, občutkom za sočloveka in s sistemom pomoči postaja reševalna linija tudi v kriznih časih (nasw, b.d.). Smiselno bi bilo vzpostaviti širši, celostni pristop, ki v nacionalnih in drugih strateških dokumentih upošteva raznolikost in kompleksnost teh nesreč ter krepi odpornost lokalnih skupnosti (Rode, Zidar, Lamovšek, Škerjanc in Urek, 2010).

Individualno in skupinsko delo ter zagovorništvo so vse metode dela, ki so lahko izvedene na način terenskega, skupnostnega ali projektnega dela. Organizacija strokovnega socialnega dela spodbuja horizontalno povezovanje in demokratično vodenje, ker to neposredno omogoča prožnost v procesih dela (Mešl in Leskovšek, 2021). Prožnost je sposobnost, da se pozitivno

prilagodimo, rastemo in uspevamo brez obzira na zaplete in razplete v našem življenju. Gre za sposobnost, ki omogoča, da v času stisk in stresa lažje vzpostavimo osebnostno ravnovesje in smo samostojni. Prožnost za kritične dogodke delimo na dve kategoriji. Prva je socialna podpora, ki zavzema dobre komunikacijske veščine, delo na sebi, prijetna čustva in humor, prispevek življenju v skupnosti in ciljno orientiranosti. Druga kategorija prožnosti pa je osebna učinkovitost. Tu gre za občutek nadzora, pozitivno samopodobo, zaupanje, prilagodljivost, kognitivne sposobnosti in veščine reševanja težav. Kategoriji se med seboj lahko prepletata in dopolnjujeta. Poznamo pet glavnih dejavnikov prožnega spoprijemanja s kriznimi situacijami. Prvi dejavnik je mir, ki nam pomaga, da v stresni situaciji ostanemo mirni. Drugi dejavnik je jasnost, ki nam omogoča, da situaciji vidimo in spremljamo jasno in razumsko. Povezanost je tretji dejavnik, ki nam omogoča, da se za pomoč lahko obrnemo na ljudi okoli sebe, na bližnje, družino ter sprejmemo njihovo pomoč in podporo. Četrti dejavnik so kompetence, ki odpirajo pot do praktične uporabe znanja in izkušenj, ki jih imamo že od prej. Zadnji pomemben dejavnik je pogum, ki nam daje moč, v nas spodbuja prožnost in preko tega deluje preventivno ter ublaži posledice nesreče oz. kriznega dogodka (Lavrič in Štirn, 2016).

Smiselno bi bilo Centre za socialno delo bolj vključiti v sistem kriznih razmer, saj bi s tem omogočili večjo odzivnost in učinkovitost pomoči. Pripravljenost in načrtovanje usklajevanja virov skupnosti med nesrečo sta pilotna elementa za upravljanje v izrednih razmerah. Kvalitetna priprava in načrtovanje lahko bistveno zmanjšata posledice nesreče, saj s tem zagotovimo, da se skupnost hitro in efektivno odzove na nepredvidljive situacije (Rode, Zidar, Lamovšek, Škerjanc in Urek, 2010).

2.4. Psihosocialna podpora

2.4.1. Krizne situacije

Beseda kriza pomeni prelomnico, ki označuje obdobje, ko se človek sooča z zahtevno življenjsko situacijo, ki presega njegove običajne zmožnosti obvladovanja. Krizo lahko povzroči veliko dejavnikov. Primer so bolezni, izgube, naravne nesreče ali drugi travmatski dogodki (Lavrič in Štirn, 2016). V našem primeru govorimo o nesrečah v gorah in na težko dostopnih terenih. Kriza se pojavi, ko je dogodek za posameznika preprosto prevelik, da bi ga sam predelal. Najpogosteje so to nenadni in nepričakovani dogodki, ki ogrozijo življenje ali povzročijo občutek nemoči in strahu. Primer tega so nasilje, smrt bližnjih oseb ali nasilje. Tovrstni dogodki lahko povzročijo dolgotrajne psihološke posledice (Lavrič in Štirn, 2016).

Med nesrečami se ljudje različno odzivamo in posledično obstajata dva pogleda na naše vedenje in doživljanje v takih okoliščinah. Prvi pogled, imenovan pristop individualne travme, obravnava nesreče kot zelo hude in travmatične dogodke, ki pri prizadetih posameznikih povzročijo močne in trajne psihične posledice. Ta pristop izhaja iz prepričanja, da nesreča posameznika pogosto zaznamuje in spremeni njegovo doživljanje sveta. Drugi pogled pa predstavlja pristop socialne spužve, ki nesrečo razume bolj kot kolektivni dogodek z različnimi učinki, ki niso nujno samo negativni, temveč so lahko tudi pozitivni, kot npr. večja povezanost in solidarnost med ljudmi. Po tem pristopu se skupnost ob nesreči sicer začasno "deformira", podobno kot spužva pod pritiskom, vendar naj bi se kmalu vrnila v svoje običajno stanje. Negativne posledice so večinoma kratkotrajne, težave ljudi pa so pogosto bolj povezane z odzivom družbe po nesreči kot pa z nesrečo samo. Danes strokovnjaki vse pogosteje podpirajo pristop socialne spužve, saj raziskave kažejo, da večina ljudi po nesreči ne razvije resnejših psihičnih težav. Kljub razlikam med obema pogledoma lahko rečemo, da večji del ljudi po nesreči uspešno prilagodi, manjšina pa potrebuje dodatno pomoč in podporo (Polič, 2010).

Odzivi v kriznih situacijah so zelo različni. Nekaterim uspe ohraniti nadzor in ravnotežje, pogosteje pa ljudje v tistem trenutku doživljajo velike stiske, polne tesnobe, nezaupanja in strahu (Levine in Frederick, 2015, str. 30). Za prizadete je zelo pomembno, da dobijo ustrezno pomoč in podporo, saj travma zahteva postopno predelavo in pomoč širše okolice. Odziv na stres je odvisen glede na osebnost, življenjske izkušnje in v trenutku dane okoliščine. Nekateri odziv doživljajo kot izziv in se lažje prilagodijo, drugi pa ga doživljajo kot grožnjo, ki jim vliva občutek nemoči in izgorelosti. Stres je mišični, čustveni, telesni in vedenjski odziv na obremenitve in zahteve iz okolja. Dejavniki, ki povzročajo stres se imenujejo stresorji. To so lahko dogodki, okoliščine ali spremembe v življenju (Lavrič in Štirn, 2016).

2.4.2. Travma

Travma je odziv na neobičajno ali ogrožajočo izkušnjo, ki pri večini ljudi sproži močan stres. Primeri teh neobičajnih življenjskih izkušenj so huda grožnja, poškodba posameznikovih otrok, partnerja ali drugih bližnjih, nenadno uničenje domovanja ali skupnosti in prisotnost ob smrtnem izidu ali hudem fizičnem nasilju. Vendar je ta opredelitev premalo natančna in je večjega pomena znanje o prepoznavanju travme in seveda ravnanje ob tem spoznanju. Eden najpogostejših simptomov je otopelost celotnega telesa in uma, lahko pa so simptomi tudi bolj subtilne narave. Posledično je pri prepoznavanju travmatične izkušnje, potrebno dobro raziskati

svoje lastne odzive in se zavedati, da imamo vsi prirojeno zmožnost za ozdravitev svojih travm (Levine in Frederick, 2015, str. 26–33).

Poznamo štiri sestavne dele, ki oblikujejo jedro travmatskega odziva. To so povečano razburjenje, zakrčenost, disociacija oz. odklop in zamrznitev oz. negibnost. Vsi drugi simptomi se razvijejo, če se obrambni mehanizmi ne vklopijo v obdobju po travmatični izkušnji (Levine in Frederick, 2015, str. 102). V trenutkih stiske ljudje podzavestno aktiviramo te mehanizme, ki nam pomagajo ohranjati notranje ravnovesje (Lavrič in Štirn, 2016). Prvi simptomi travme pa se začnejo razvijati v obliki kratkoročnih rešitev za dileme ob prebitku nesproščene energije, ki se nabira v nas. Ti simptomi so povečano razburjenje, zakrčenost, disociacija in občutek nemoči (Levine in Frederick, 2015, str. 112). Normalna občutja in čustva, ki se v ljudeh razvijejo ob nesrečah so tesnoba, depresivnost, ki povzroča nezanimanje za zunanji svet, strah, občutek nemoči, žalost, občutek krivde, sram, jeza, spomini na čustva in razočaranje, ki se pogosto zamenjuje z občutkom upanja na boljšo prihodnost (Uprava RS za zaščito in reševanje, b.d.). Drugi simptomi so lahko tudi hiperaktivnost, občutljivost na svetlobo, nenavadno nihanje razpoloženja, nočne more, težave s spanjem, strah pred smrtjo, pogost jok, privlačnost nevarnih situacij, odmaknjenost, plašnost, izguba spomina, ipd. (Levine in Frederick, 2015, str. 112–114).

Odziv na travmatske dogodke je mogoče vsebinsko razdeliti na štiri medsebojno povezane faze. Prva faza predstavlja akutni šok, za katerega je značilna močna psihofizična aktivnost našega celotnega bitja. Posameznik lahko v tem obdobju doživlja intenzivno notranjo zmedenost, poskuse mentalne rekonstrukcije dogodka ter različne scenarije možnega izida. Telo je v stanju povečane pripravljenosti, kar se lahko izraža kot nemir, motnje prehranjevanja in spanja ali kot izrazita čustvena impulzivnost. Pri nekaterih se pojavijo jok, vpitje ali druge intenzivne reakcije, pri drugih pa začasna zamrznitev telesa in uma. Trajanje te faze je zelo spremenljivo in lahko sega od nekaj minut do več dni. Druga faza je faza zanikanja in ponovnega podoživljanja. Značilno je, da posameznik dogodka ne more povsem integrirati v svoje izkušnje, zato se ta v mislih ponavlja v obliki vsiljivih spominov, notranjih podob in čustvenih odzivov. Prisotna sta močna želja, da se dogodek nikoli ne bi zgodil in občutek izčrpanosti, ki lahko vodi tudi v kronično utrujenost. V tretji fazi, ki jo lahko opišemo kot fazo predelave, posameznik postopoma vzpostavlja psihološko distanco do travmatske izkušnje. Telesna in čustvena aktivacija se začneta zmanjševati, kar omogoča ponovno vzpostavljanje vsakodnevnih rutin ter postopno integracijo izkušnje v osebno življenjsko zgodbo. Posameznik se uči živeti z

zadanimi ranami, ki jih je dogodek pustil. Četrta faza, faza integracije izkušnje, predstavlja obdobje, v katerem travmatska izkušnja postane izhodišče za osebno rast in nove začetke. Posameznik sprejme dejstvo, da bo spomin na travmo ostal za vedno in da je mogoče kljub trajnim posledicam živeti polno in kakovostno življenje (Lavrič in Štirn, 2016).

Pri spopadanju s travmo moramo zaupati našim odzivom in občutkom, ki jih ne moremo vedno v celoti razumeti. Zavedati se je potrebno, da pričakovanja in vnaprejšnje predstave niso recept za ozdravitev. Gre za proces, ki se pogosto razpleta v ciklih in pri vsakem človeku poteka na unikaten način. Travmo pogosto prikazujejo tudi kot vrtinec, ki izstopa iz ostalega toka našega življena. Naloga procesa zdravljenja je, da ob ustrezni pomoči in podpori oblikujemo zdravilni vrtinec, ki je ravno nasproten prej omenjenemu vrtincu travme. Tokova delujeta en na drugega na način, da se naš življenjski tok ponovno usmeri v pravo smer (Levine in Frederick, 2015, str. 146-147).

2.4.3. Psihološka pomoč reševalcem

Ministrstvo za obrambo je izdalo smernice za psihološko pomoč reševalcem in je področje pripoznalo za nepogrešljivi del sistema varstva pred naravnimi in drugimi nesrečami. Smernice za psihološko pomoč so namenjene zaposlenim v centrih za obveščanje, poklicnim in prostovoljnim reševalcem, ki so izpostavljeni stresnim in kriznim situacijam. Namen je preprečiti izgorevanje, zmanjšati stresne odzive ter povečati zavedanje o možnih čustvenih, telesnih in vedenjskih reakcijah. Namen je tudi doseči hitrejše okrevanje po kritičnih situacijah ter krepiti zaupanje in sodelovanje skozi izmenjavo izkušenj (Ministrstvo za obrambo, 2012).

Psihološka podpora in pomoč reševalcem se deli na tri nivoje. Na prvi stopnji si reševalec lahko pomaga sam s pomočjo uporabe lastnih znanj o obvladanju stresa, s tehnikami sproščanja ali pa s socialnimi mrežami, ki običajno vključujejo družino, prijatelje in sodelavce. Pomembno je, da reševalec zna pri sebi prepoznati znake stresa in da je sposoben naučene veščine za sproščanje prenesti v dano situacijo. Druga stopnja pomoči se dogaja znotraj organizacije. Pomoč nudijo zaupniki in sodelavci, ki so usposobljeni za nudenje psihološke podpore preko tehnik, sprostitvenih pogovorov in razumevanja. Na tretji stopnji pa se pomoč išče zunaj organizacije. Tu je reševalec deležen strokovne pomoči s strani psihoterapevta, psihološkega svetovalca ali kakšne druge oblike strokovnih svetovalcev (Lavrič in Štirn, 2016). Kot izvajalce psihološke pomoči Ministrstvo za obrambo v svojih smernicah navaja nadalje opisano delitev. Izvajalci psihološke pomoči se razlikujejo glede na stopnjo intervencije in posledice kriznih

dogodkov. Na prvi stopnji je posameznik sam odgovoren za upravljanje stresa, zaščitno vedenje in krepitev socialnih vezi, česar se lahko nauči tudi na usposabljanjih. Drugo stopnjo, notranjo analizo ali tehnični debriefing, izvede vodja izmene po končani intervenciji. Tretjo do peto stopnjo, ki vključuje kratke razbremenilne pogovore in podporo med sodelavci, izvaja dodatno usposobljen zaupnik. Šesto in sedmo stopnjo, to je psihološko integracijo travme, svetovanje in spremljanje, opravi diplomirani psiholog, pogodbeni sodelavec Službe za psihološko pomoč. Osma, najvišja stopnja, zajema psihoterapijo, ki jo izvaja specializiran psiholog, psihiater ali psihoterapevt s strokovnim usposabljanjem za travmo. Za psihoterapijo organizacija poskrbi s sodelovanjem z ustrezno zdravstveno ali drugo ustanovo (Ministrstvo za obrambo, 2012).

Reševalci pri svojem delu pogosto doživljajo stres, predvsem ko pride do nesreč s smrtnim izidom, ko je med intervencijo ogrožena varnost reševalcev, ko so poškodovanci znanci reševalcev ali ko so v intervencijo vpleteni otroci (Lavrič in Štirn, 2016). Ko je intervencija v poteku, je treba hitro in efektivno sprejemati prave odločitve. Delo nosi veliko odgovornost, dodaten stres v situacijo prinašajo nepopolne in navzkrižne informacije, velika količina le-teh, hitro spreminjajoči in razvijajoči se scenariji, zahteve po usklajevanju, neugodni fizični pogoji, časovni pritisk, delovna obremenitev, grožnje ipd. (Polič, 2010). Koren je v svojem magistrskem delu raziskovala, kateri faktorji najbolj vplivajo na stresnost intervencije. Nekatere njene ugotovitve kažejo na to, da na nemalo reševalcev posledice intervencij vplivajo tudi v domačem okolju, da večini GRS reševalcem najbolj pomaga druženje s prijatelji, hoja v hribe in gibanje v naravi. Večina se s kolegi takoj po intervenciji pogovori ne samo o tehničnih stvareh na akcijah, ampak tudi o duševnem stanju reševalcev. Strokovno pomoč so iskali le redki, kar kaže na to, da je iskanje pomoči še prepogosto prepoznano kot šibkost. Se pa vedno več v programe GRS vključuje poudarjanje pomena psihosocialne pomoči in podpore (Koren, 2017).

Tekom intervencije je cilj vseh udeleženih, da se minimalizirajo negativni občutki šoka, strahu in nemoči. Spodbujali naj bi racionalni pristop in si hkrati pridobivali praktične primere dobre prakse za svoje nadaljnje delo. Pristopi pomoči po intervenciji so pogovori, ki lahko potekajo med sodelavci ali pa s strokovnjaki, demobilizacija, kjer na kratko povzamejo dogajanje in kaj lahko reševalci v naslednjih dneh pričakujejo, skupinski razbremenilni pogovori, kjer gredo reševalci skupaj čez potek dogajanja, razjasnijo doživljanje in s tem zmanjšujejo morebitni občutek krivde. Te pogovore mora voditi za to prej usposobljena oseba. Za globljo obdelavo travme lahko strokovnjak reševalce vodi skozi stopenjsko psihološko integracijo travme, kjer

analizirajo telesne, čustvene in miselne odzive, ki so povezani s travmatičnim dogodkom. Učinkovitost pomoči je opazno večja, če je pravočasna in prilagojena posameznikovim potrebam. Spodbuda za aktivno sodelovanje reševalcev v programih čustvenega razbremenjevanja je vedno dobrodošla (Lavrič in Štirn, 2016).

Reševalci in tudi socialni delavci morajo pri svojem delu razvijati strategije odpornosti, ker se le tako lahko uspešno spopadejo z obremenitvami pri svojem zahtevnem delu. Raziskava, ki je bila opravljena v letu 2025, se naslanja na ekološko sistemsko teorijo, ki poudarja povezanost posameznika z njegovim okoljem in pomenom interakcij med različnimi sistemi za razvoj odpornosti. Odpornost je delno prirojena, vendar jo je mogoče z ustreznimi pristopi krepiti. Najpogosteje uporabljena strategija je samopomoč (Mangolele in Calitz, 2025), kar lahko vsebinsko povežemo s prvim nivojem psihološke pomoči reševalcem. V ospredju je družinska in prijateljska podpora ter skrb za lastno duševno in telesno zdravje (Lavrič in Štirn, 2016). Pomembno vlogo igrajo sodelavci in nadrejeni, ki lahko z dobrim odzivom občutno blažijo posledice stresnih situacij. V socialnem delu in tudi pri reševalcih se srečujemo z preobremenitvami. Pomanjkanje kadrovskih in materialnih sredstev zmanjšuje učinkovitost strategij odpornosti. Pozitivno pa vplivajo finančne spodbude in dostopnost programov pomoči zaposlenim in prostovoljcem.

V sklepu lahko povzamemo, da so spretnosti odpornosti za socialne delavce in reševalce ključnega pomena. Omogočajo jim, da učinkoviteje obvladujejo stres, ohranjajo visoko kakovost storitev in hkrati varujejo lastno duševno zdravje. Razvijanje odpornosti znotraj podpornega delovnega okolja predstavlja temelj za dolgotrajno uspešnost in dobrobit v tej zahtevni poklicni vlogi (Mangolele in Calitz, 2025).

2.4.4. Skupnostna odpornost

Skupnostna odpornost nima enotne definicije, vendar imajo vse definicije v sebi zajete vrednote sodelovanja, zaupanja in komunikacije. Gre za proces, ki presega individualne sposobnosti in poudarja pomen prej omenjenih vrednot. Raziskovalne skupine uporabijo definicijo, ki ustreza njihovim raziskovalnim namenom. V kontekstu nesreč se za skupnostno odpornost zajema devet temeljnih elementov. Ti elementi so lokalno znanje, mreže in odnosi v skupnosti, komunikacija, zdravje, upravljanje in vodenje, viri, gospodarske naložbe, pripravljenost ter miselna naravnanost. Poglabljanje znanj teh posameznih elementov lahko pripomore k boljšemu razumevanju skupnostne odpornosti (Patel, Rogers, Amlot in Rubin, 2017).

V zadnjih letih se v strokovni literaturi vse pogosteje pojavlja pojem skupnostne odpornosti, ki se nanaša na sposobnost skupnosti, da se sooči z nesrečami, krizami ali drugimi izrednimi dogodki ter da se po dogodkih učinkovito postavi nazaj na svoje noge. S skupnostno odpornostjo je tesno povezan tudi pojem družbenega kapitala, ki obsega mreže odnosov, zaupanje, sodelovanje in občutek pripadnosti znotraj skupnosti. Obe dimenziji sta ključni za razumevanje, kako se skupnosti odzivajo na travmatične dogodke. Ravno to pa predstavlja bistvo pristopa, ki ga poznamo pod pojmom socialna spužva. Raziskave so pokazale, da imata družbeni kapital in skupnostna odpornost večinoma zaščitno vlogo pri ohranjanju duševnega zdravja v kriznih časih. V določenih primerih lahko močna povezanost in občutek odgovornosti za druge člane skupnosti vplivata na večjo obremenitev in stres takoj po nesreči. Sčasoma pa prav te vezi omogočajo hitrejše okrevanje, saj posamezniki v povezanih skupnostih lažje najdejo podporo, razumevanje ter skupen smisel. Posebej pomemben je kognitivni družbeni kapital, ki temelji na zaupanju, občutku pripadnosti in na deljenju vrednost. Ta vrsta kapitala deluje kot zaščitni dejavnik pred psihičnimi težavami po nesrečah (Hall idr., 2023).

Po drugi strani imajo naravne nesreče in krizne razmere pogosto tudi negativen vpliv na stopnjo družbenega kapitala. Študije so pokazale, da se v nevarnejših in bolj izoliranih območjih družbene mreže po nesreči pogosto razrahljajo, medtem ko se v gosteje poseljenih ali varnejših območjih socialna povezanost lahko celo okrepi. To je potrditev, da je možnost socialne udeležbe bistven pogoj za ohranjanje in razvoj družbenega kapitala. Raziskave poudarjajo pomen ukrepov, ki spodbujajo družbeno povezanost in sodelovanje, saj to dolgoročno krepi tudi skupnostno odpornost. Med učinkovite pristope sodijo skupnostne in prostovoljske dejavnosti, rekreativne skupine, prireditve ter programi, ki spodbujajo občutek povezanosti in solidarnosti. Ti procesi so še posebej pomembni v obdobjih po krizah, ko se skupnosti soočajo z dolgotrajnimi psihološkimi, ekonomskimi in socialnimi posledicami. Čeprav lahko doživljajo skupnosti z močnim družbenim kapitalom na začetku večji stres, dolgoročno okrevajo hitreje in bolj celostno (Hall idr., 2023).

Koncept že prej omenjene socialne spužve se zato lepo ujema z ugotovitvami sodobnih raziskav o skupnostni odpornosti. Skupnost, ki jo povezujejo zaupanje, sodelovanje in občutek pripadnosti, ima sposobnost, da ob kriznih pritiskih absorbira stres in travmo, ne da bi se pri tem trajno poškodovala. Ključ do tega procesa ni le individualna prilagoditev, temveč kolektivna moč in solidarnost, ki omogočata, da se po vsakem udarcu življenje znova postavi

na noge. Novi rezultat bo morda nekoliko spremenjen, a pogosto tudi močnejši in bolj povezan (Hall idr., 2023).

GRZS s svojim preventivnim delom skrbi tudi za krepitev skupnostne odpornosti. Ozaveščanje o varni hoji v gore krepijo s predavanji v osnovnih šolah, v vrtcih, na fakultetah, na dnevih odprtih vrat ipd. Spremljajo stanje in dogajanje v Sloveniji. Zadnja leta velik delež reševanj prestavljajo turisti, ki se ne zavedajo tveganj, ki jih predstavljajo slovenski hribi. Mnogi jih podcenjujejo, zato se gorski reševalci aktivno ukvarjajo z ozaveščanjem javnosti. Na družabnih omrežjih redno opozarjajo na razmere in morebitne nevarnosti. Varnostne ukrepe bi bilo smiselno utrditi tudi v povezavi s sodelovanjem s turističnimi agencijami, ki lahko veliko pripomorejo k večji ozaveščenosti o varni hoji v hribe (Tratnik, 2024).

2.4.5. Delo s svojci

Svojci ponesrečencev ne smejo ostati spregledana skupina ljudi, saj je lahko nesreča v hribih usodna za način življenja, ki so ga poznali pred nesrečo. Predvsem travmatično je v primeru smrtnega izida nesreče ali v primeru hudih poškodb, ki imajo dolgoročne posledice. Raziskava, ki so jo naredili s svojci ljudi z izkušnjo travmatske poškodbe možganov, pokaže največji izziv ob novici o poškodbi bližnje osebe. Tako kot nesreče v hribih, se tudi to zgodi nenadno in nepričakovano. Bližnji doživljajo šok, zanikanje, jezo, obup, občutke krivde, strahu ipd. Svojci so poročali tudi o negativnih izkušnjah z zdravstvenim osebjem v času hospitalizacije. Izpostavili so pomanjkanje zanimanja, podpore in empatije ter neustrezno oskrbo osnovnih potreb po čisti postelji, higieni ipd. Pokazalo se je tudi veliko pomanjkanje potrebnih informacij in čustvene podpore. Že starejše raziskave potrjujejo, da je možno preko natančne, jasne in empatične komunikacije zdravstvenih delavcev močno zmanjšati stopnjo stresa, ki ga doživljajo svojci. Delavci pogosto podcenjujejo vpliv, ki ga imajo na svojce, in kako njihov način komunikacije neposredno vpliva na izkušnjo svojcev (Broodeyk in Pretorius, 2015).

3. Empirični del

3.1. Formulacija problema

Gorska reševalna služba (v nadaljevanju GRS) je prostovoljna organizacija, ki pomaga ljudem v gorah in na težko dostopnih območjih. Poleg reševanja skrbi tudi za ozaveščanje o varnem obiskovanju gora ter za usposabljanje svojih članov in obiskovalcev (GRZS, b.d.). Njeno delovanje temelji na izjemno zahtevnem prostovoljnem delu, saj je za pristop h GRS potrebno dobro hribovsko oz. alpinistično znanje, kar pomeni, da to prostovoljstvo ni dostopno vsakomur. Člani GRS so pri svojem delu pogosto izpostavljeni nevarnostim ter velikim fizičnim in psihičnim obremenitvam. Kljub zahtevnosti in obremenjenosti tega prostovoljnega dela je v slovenskem prostoru relativno malo raziskav, ki bi se poglobljeno ukvarjale z doživljanjem članov GRS, njihovimi motivacijami, izzivi ter potrebami po psihosocialni podpori. Prav tako je malo znanega o tem, kako sami reševalci zaznavajo obstoječe oblike podpore in kako v okviru delovanja GRS prepoznavajo prostor za vključevanje profesionalnega socialnega dela.

Socialno delo v kriznih razmerah se sooča z izzivi prilagajanja pristopov in metod pomoči na mikro, mezo in makro ravni. Gril in Šeme poudarjata pomen vključevanja socialnega dela v odpravljanje posledic katastrof ter izpostavljata potrebo po iskanju načinov za pomoč posameznikom na daljavo, krepitvi skupnosti in medorganizacijskega sodelovanja ter spodbujanju strukturnih sprememb in socialnih politik, ki zmanjšujejo neenakost. Ob tem opozarjata tudi na pomen skrbi za socialne delavce oz. v našem primeru za reševalce, na preprečevanje izgorelosti in ohranjanje kakovosti pomoči uporabnikom (Gril in Šeme, 2021). Ministrstvo za obrambo je pripravilo smernice za psihološko pomoč reševalcem kot pomemben del sistema varstva pred naravnimi in drugimi nesrečami. Njihov cilj je preprečevanje izgorelosti, zmanjševanje stresnih odzivov, večje zavedanje o čustvenih, telesnih in vedenjskih reakcijah ter spodbujanje hitrejšega okrevanja po kritičnih dogodkih, hkrati pa poudarjajo pomen zaupanja, sodelovanja in izmenjave izkušenj med reševalci (Ministrstvo za obrambo, 2012).

V raziskavo sem vključila sogovornike, ki prihajajo iz štirih različnih GRS društev, ki so med seboj lokacijsko precej oddaljene. Delo na posamezni GRS postaji je v večini odvisno od terena, ki ga postaja pokriva. Preko pogovorov s člani iz različnih GRS društev sem poskušala dobiti širok spekter pogledov na prostovoljno delo GRS, saj imajo nekateri intervencije v izrazito

vertikalnem svetu, drugi pokrivajo bolj položen teren. Želela bi, da bi moja raziskava pomagala pri nadgradnji usposabljanj članov GRS, da bi bili ti res deležni optimalne priprave na zahtevne intervencije in bi jim to olajšalo opravljanje njihovega zahtevnega prostovoljnega dela.

3.1.1. Raziskovalna vprašanja

RV1: Kaj so motivatorji za pristop h GRZS?

RV 2: Kaj so glavne ovire pri delu v GRZS?

RV 3: Katere oblike podpore bi po mnenju članov GRZS lahko prispevale k zmanjševanju stresa?

RV 4: Katere možnosti za vključitev socialnega dela v GRZS vidijo njeni člani?

3.2. Metodologija

3.2.1. Vrsta raziskave

Raziskava je kvalitativna, saj gre za besedne opise raziskovalnega pojava (Mesec, 2009). Zanimalo me je, kako gorski reševalci vidijo svoje delo in kje se jim zdi, da bi se lahko vključilo v proces pomoči tudi strokovno socialno delo. Z vsakim intervjuvancem sem opravila pogovor in preko odgovorov prišla do besednih opisov o osebni izkušnji dela v GRS. Gre za empirično raziskavo, saj sem preko spraševanja zbrala novo, neposredno izkustveno gradivo (Mesec, 2009). Sestavila sem deset vprašanj in tekom intervjuja vprašance izprašala o njihovi izkušnji dela v GRS. Ključnega pomena je, da je vsak povedal svojo izkušnjo, saj je vsaka izkušnja drugačna in ima vsak svoj pogled na delovanje GRS.

V nadaljevanju bom navedla glavne teme raziskovanja.

Motivacija prostovoljcev GRS

Raziskala sem notranje in zunanje motivatorje, ki so bistveno pripevali k odločitvi posameznikov za pristop h GRS. Vprašala sem tudi po ovirah, ki jih prinaša ta oblika prostovoljstva in po ravnanjih v primeru stisk in stresnih situacij.

Izzivi v GRS

V tej temi sem pogledala izzive, s katerimi se srečujejo prostovoljci v GRS. Delo, ki ga opravlja reševalna služba, je fizično in psihično zahtevno. Izzivi zajemajo materialne, čustvene, organizacijske, socialne in številne druge vidike opravljanja tega prostovoljnega dela.

Psihosocialna pomoč in podpora

V raziskavi sem preučila pomoč in podporo, ki so je deležni člani GRS, raziskala, katere oblike pomoči se najpogosteje poslužujejo in kdaj imajo člani občutek, da je za njih ustrezno poskrbljeno. Delo, ki ga opravljajo, je fizično in psihično lahko izjemno naporno. Ustrezna pomoč in podpora sta ključnega pomena, saj so sicer prostovoljci izpostavljeni visokim tveganjem za izgorelost, izmučenost in izčrpanost.

Priložnosti za vključitev socialnega dela

V tej temi sem poskusila raziskati vlogo socialnega dela znotraj GRS, kje GRS člani vidijo možnosti za vključitev te stroke v svoje delo in ali takšno mesto sploh obstaja. Socialno delo je

znanost, ki zagovarja in ščiti ogrožene dele družbe, kar v primeru nesreč zagotovo obsega tudi GRS člane in njihove svojce

3.2.2. Merski instrument

Merski instrument so bile smernice za polstrukturiran intervju oziroma vprašalnik. Po pregledu teme sem ob pomoči mentorja sestavila deset glavnih vprašanj, ki sem jim tekom pogovora po potrebi dodajala podvprašanja. Vprašanja so zajemala vse temeljne teme. Pri opravljanju intervjujev sem se držala teh desetih vprašanj, da sem pridobila vse željene podatke. Tekom poteka zbiranja podatkov je večkrat prišlo do manjšega odstopanja, saj vodilo za intervju nima vnaprej navedenih možnih odgovorov. Sogovorniki imajo tako precej širok prostor pri odgovarjanju in lahko sami regulirajo možnosti odprtja poljubnih manjših podtem. Merski instrument je priložen v poglavju Priloge.

3.2.3. Opredelitev enot raziskovanja

Populacijo sestavljajo polnoletni prebivalci Republike Slovenije, ki so bili v letu 2025 aktivni člani GRZS. Populacija so člani, ki se aktivno udeležujejo aktivnosti in izobraževanj znotraj GRZS in so posledično redni prejemniki pozivov za posredovanja. Populacija je sestavljena na način, da imajo sogovorniki sedanje izkušnje in so lahko govorili o aktualnem razumevanju prostovoljstva v GRZS. Slednje je bistveno vplivalo na kakovost in aktualnost raziskave. Pogovor sem opravila s šestimi sogovorniki. Vzorec je neslučajnostni, kar pomeni, da ni imela vsaka enota enakih možnosti, da bi bila izbrana v vzorec. Vzorec je tudi priročni, saj sem izbrala sogovornike, ki so mi bili dostopni (Mesec, 2009). Vzorec je sestavljen iz šestih enot.

3.2.4. Zbiranje podatkov

Metodo zbiranja podatkov, ki sem jo izbrala, je bila intervju. Pri tej metodi gre za obliko verbalne komunikacije med raziskovalcem in vprašancem. Komunikacija se vzpostavi z namenom zbiranja izjav, ki kasneje služijo kot podatki pri razreševanju raziskovalnega problema. Običajno gre pri intervjujih za neposreden pogovor med spraševalcem in vprašancem (Mesec, 2009) in tako je bilo tudi v primeru te raziskave. Opravila sem šest intervjujev, vse pogovore sem opravila v živo. Sogovornike sem kontaktirala, skupaj smo se dogovorili za termin, ki je vsem ustrezal. Vedno sem se prilagodila posameznikovem urniku, zato so srečanja potekala ob zelo različnih urah. Z nekaterimi intervjuvanci smo se dobili pri njih doma, z nekaterimi v kavarni na kavi in z nekaterimi kar na njihovi GRS reševalni postaji. Ob srečanju

smo se najprej malo pogovorili o splošnih stvareh, nato sem prosila za dovoljenje, da pogovor posnamem, po privolitvi sem prižgala snemalnik na telefonu in nato postavila prvo vprašanje za intervju. Vedno sem se trudila, da so se sogovorniki dobro počutili, da so se počutili svobodne z menoj deliti le tisto kar so želeli in da se niso čutili dolžne odgovoriti na vprašanje, če jim je bilo neprijetno. Zagotovila sem jim, da bom odgovore uporabila zgolj za raziskovalnem namene svoje magistrske naloge ter da bodo vsi odgovori ostali anonimni. Vprašanja sem postavljala po vrsti, kot sem si jih zložila predhodno. Pri nekaterih so se kasneje v pogovoru vprašanja zamešala, ker je sogovornik že predhodno odgovoril na moje vprašanje. Po potrebi sem postavljala podvprašanja, ki so mi pomagala bolj jasno razumeti sogovornikov odgovor. Intervjuji so trajali med 20 in 90 minut. Srečanja so potekala brez vmesnih motečih faktorjev in z nekaterimi sogovorniki smo nadaljevali pogovor še po tem, ko sem snemalno napravo že ugasnila. Tovrstni pogovori so bili včasih povezani s temo moje magistrske naloge, včasih pa tudi ne.

Imela sem pet sogovornikov moškega spola in eno sogovornico ženskega spola. Z dvema sem se dobila pri njima na domu, z dvema v kavarni ter z dvema reševalcema na njuni GRS postaji. Intervjuje sem opravila med novembrom 2025 in januarjem 2026.

3.2.5. Obdelava gradiva

Podatke sem zbrala z individualnimi intervjuji šestih sogovornikov, ki so bili v letu 2025 aktivni člani GRZS. Pogovore sem izvedla v novembru in decembru 2025 ter v januarju 2026. Zbrane podatke sem obdelala s kvalitativno metodo, ki je obsegala šest korakov: urejanje gradiva, določanje enot kodiranja, odprto kodiranje, izbiranje pojmov, kategorij in tem ter osno in odnosno kodiranje. Takoj po opravljenih pogovorih sem intervjuje s pomočjo zvočnih posnetkov prepisala v dokument Word, transkripte smiselno uredila in nato začela z določanjem enot kodiranja ter pripisovanjem pojmov in šifer. Nadalje sem izvedla odprto kodiranje, pri čemer sem si pomagala s tabelo v Excelu. V prvi stolpec sem vnesla šifro izjave. Izjave sogovornikov sem označila s črkami od A do F in jim pripisala zaporedne številke izjav, pri čemer sem črko Č zaradi lažje organizacije izpustila. Kasneje sem izjavam pripisala pojme ter jih razvrstila v ustrezne kategorije, podkategorije in teme.

V tabeli odprtega kodiranja prvi stolpec predstavlja šifro, drugi dobesedni prepis izjave, tretji pojem, četrti kategorijo, peti podkategorijo in šesti temo. Sledilo je osno kodiranje, v katerem sem vzpostavila hierarhične odnose med kategorijami in podkategorijami. V zadnjem koraku

kodiranja sem analizirala značilnosti posameznih pojmov in kategorij ter opredelila njihove značilnosti oziroma modalitete. Pri delu sem se osredotočila na izbor relevantnih kategorij in pojmov ter jih ustrezno definirala (Mesec, 2007).

Analizirano gradivo sem na koncu povezala z literaturo iz teoretičnega dela naloge ter raziskavo zaključila z glavnimi ugotovitvami in predlogi.

3.2.6. Etika v raziskovanju

Pri izvedbi empirične raziskave je ključno upoštevanje etičnih vidikov, saj sem raziskovala osebne izkušnje aktivnih članov GRS. Vsa udeležba je bila prostovoljna, sogovorniki pa so bili o namenu raziskave in načinu zbiranja podatkov vnaprej obveščeni. Pred vsakim intervjujem sem pridobila ustno privolitev, sogovorniki pa so imeli pravico, da so na katerikoli prekinili sodelovanje ali zavrnili odgovor na zastavljeno vprašanje. Za zaščito zasebnosti in zaupnosti so bili vsi podatki obravnavani anonimno. Vsak intervju je označen z črko in zaporedno številko, pri čemer se osebne identitete sogovornikov niso razkrivale. Pogovore sem posnela le ob predhodni privolitvi sogovornikov. Kasneje sem jih spravila v pisno obliko in jih uporabila izključno za analizo magistrske naloge. Pri tem sem bila posebej pozorna na občutljive vsebine, ki so se pojavile v pogovorih, kot so izkušnje s stresom, tveganji ali izgorelostjo. Zagotovila sem, da so bili odgovori obravnavani spoštljivo in brez sodb ter da so se rezultati raziskave predstavili na način, ki ne ogroža posameznikov. Prav tako sem skrbela za etično obravnavo lastnih ugotovitev, da interpretacije temeljijo na realnih izjavah sogovornikov in ne na mojih osebnih predpostavkah.

3.3. Rezultati

3.3.1. Motivacija prostovoljcev GRS

V magistrskem delu sem želela raziskati, kako člani GRS živijo in gledajo na svoje zelo zahtevno prostovoljno delo. Narava dela terja veliko mero predanosti in izvedela sem, da je pri vseh sogovornikih pomemben motivator želja po pomoči ljudem v hribih in na drugih zahtevnih terenih (»*Drugo pa je to, da sem želel prostovolno pomagati še drugim planincem …*« (B2)). Nekateri delo v GRS vidijo kot priložnost, da družbi povrnejo nekaj dobrega (»*Delo jemljem kot povračilo družbi, da nardim, dodam nekej dobrega in s temu vrnem vsesplošni skupnosti*.« (C7)).

Za nekaj sogovornikov je bil najbolj očiten razlog ta, da radi zahajajo v hribe (»*Zagotovo je bilo prvo to, da imam sam veliko veselje do hribov. Že od malih nog sem ga imel*.« (B1)) in se zavedajo, da se bodo morda nekoč tudi sami znašli v ranljivem položaju in bodo potrebovali pomoč gorske reševalne službe (»*Ker ta drugi se lahko znajde v situaciji, k si to lahko ti in rabš pomoč ...*« (D5)). Nekateri so se že v mladih letih seznanili s spretnostmi, ki jih zahteva alpinizem (»*Že od malih nog naprej smo z družino vpeti v življenje v gorah* (C1). *Dost zgodej sem začel tud že plezat* (C2) *in pri 15 sem se začel ukvarjati tudi z alpinizmom.*« (C3)). Motivacija pri sogovornikih je tudi nadaljevanje družinske tradicije (»*Eden glavnih razlogov za pristop je sevede tud to, da smo gorski reševalci v družini. Bil je že moj pranono, nono in oče.* (C4) *Sevede jest to nadaljujem*.« (C5)).

Za večino je motivator družba, ki jo imajo znotraj GRS (»*Vsaj pr ns je res dober, ker smo povezani med sabo, se družmo, smo prjatli, pomagamo drug drugmu …*« (E7)). Med seboj se dobro razumejo in se družijo tudi izven GRS aktivnosti (»*Kokrt ena taka velika familija se mi zdi …*« (D14)). Nekateri so bili preko prijateljskih vezi povabljeni v GRS (»*Ja pr men je zgledal tko, d je en kolega s kermu sm v hribe hodu pa tud družinski prjatu, tud GRS-jevc, mej on prpelou na postajo*.« (F1)).

Prostovoljstvo v GRS je fizično in psihično naporno in ljudje v tovrstnih situacijah različno reagiramo. Nekaj sogovornikov je pod motivacijo navedlo tudi to, da se zavedajo, da je povečana funkcionalnost v stresnih situacijah pri ljudeh redkost in da je prav, da izkoristijo svoj talent (»*Sem pa vedu, da k je jeba in se večini tm ustau in neha funkcionirat normaln* (A5) *in tm lahko jest čist normaln oz. še bol kt pa prej, funkcioniram*.« (A6)). Redko se pojavi odgovor,

da GRS nima vpliva na življenje prostovoljcev, saj večina GRS ne dojema kot delo, temveč kot način življenja. (»*Je to zame način življenja in je direktno vpeto v moj vsakdan če tko pride*.« (B12)).

Zaradi zelo velikega števila intervencij v zadnjih letih, je velik del delavnega in prostega časa namenjenega aktivnostim povezanim z GRS (»*sam kar sm porajtou je to, da uni k so alpinisti, unih ni na intervenciji, so pač nekje v hribih in valda ne morjo pridt do časa* (A18). *Mi pa k smo bol tehničarji al kokrtkol, smo pa na dost večih* (A19). *Sej če si na 50% intervencij, si že ogromn, ogromn naredu …*« A20)). Nekatera GRS društva imajo za nove prostovoljce pogoj, da so alpinisti (»*Pr ns rabš bit vsaj alpinist ane in to pomeni, da v nekem tehničnem smislu štrikarije prideš že z določenimi znanji*.« (D60)), druga društva imajo manj stroge pogoje, da sprejmejo nove člane v svoje vrste (»*že pr ns je zlo nizka lestvica, da te vzamejo v postajo. Pr ns je nujno d pred izpiti nardiš alpinistično šolo, kar res neb reku dj velik*.« (F38)).

Vključitev v GRS je nekaterim prinesla pozitivne spremembe v življenju (»*sem dobil par novih ljudi za trenirat pa preživljat prosti čas*.« (D32)), nekaterim pa je poleg pozitivnih sprememb prinesel tudi kakšno negativno (»*Ful je bl tko, d je iz mene skoz leta mal egoista naredl …*« (A25)). Motivacijo članom GRS dajejo tudi druge bonitete, kot so npr. popusti ob nakupih opreme ali različni popusti pri nočitvah. Status reševalca po mnenju sogovornika prinaša v družbi tudi večje spoštovanje (»*Pa tud doktorji te potem mal drugače spoštujejo …*« (B5)).

3.3.2. Izzivi v GRS

Delo v GRS prinaša številne izzive, ki obsegajo mikro, mezo in makro ravni delovanja reševalne službe. Za vse sogovornike je bil velik izziv čas, ki ga terja prostovoljstvo v GRS (»*Reševalne akcije pa tud vzamejo velik časa, ki je sicer namenjen šihtu al pa sevede družini* (C11) *Res je kr zajetn del odrekanja stvarem, ki bi jih še rad počel oz. sprobal v življenju*.« (C12)). Svoj prosti čas namenjajo vajam, pripravi opreme, izobraževanjem, fizičnim pripravam ipd. (»*Tud polet recimo grem jest lezt v hribe samo vsak drug vikend, ker če ne bi bil v GRS, bi vrjetn vsak vikend kam šu. Tko si pa rečem, da en vikend to, drug vikend pa GRS.*« (F56)).

Okupiranost članov GRS v veliki meri občutijo tudi njihove družine, kjer so reševalci pogrešani v vlogi starša ali partnerja. Prihaja do nesoglasij in posledično pomanjkanja podpore (»*in sevede nesoglasja doma*, C(14) *ker družina fejst čut mojo odsotnost*.« C(15)). Odsotnost je izziv tudi na delavnih mestih (»*V službi je tko kokrt se zmenš ane … Eni majo probleme it s šihta, eni grejo lahko …*« (E15)). Odvisno je od delodajalca, je pa več sogovornikov omenilo, da je za

delo v GRS najlažje biti samostojni podjetnik, ker je najmanj usklajevanja. Prinese pa to konkretne izzive, saj odsotnost iz delavnega mesta za samostojne podjetnike pomeni popolni izpad dohodka (»*valda če si s. p., jest sem bla to in sem bla konc dneva pač brez dohodka …*« (E18)).

Reševanje v gorskem svetu in na ostalem zahtevnem terenu predstavlja velika tveganja tudi za reševalne ekipe. Sogovorniki se zavedajo, da niso dolžni tvegati svojega življenja za ponesrečence in izpostavili so zimo in zimske razmere, ki še dodatno podaljšajo seznam faktorjev tveganja (»*Poznam res kr par GRS-jevcev k so fajn proti zimski plezariji, ker so dal čez akcije k so ble ornk bedne*.« (F86)). Sogovornik je izpostavil izziv, ki ga prinaša celo vonj, ki nastaja ob resnih ranah na telesu (»*Ker ti ta vonj ostane še ene 14 dni v nosu..* « (A104)). Za suverenost na takšnem terenu sogovorniki trdijo, da teoretično znanje ni dovolj, potrebne so izkušnje (»*Pač izkušnje kažejo, ker hitr je na intervenciji res strm teren in je vse čist drugač kokrt v šoli. Pa ja velik stvari se naučiš šele s kilometrino*.« (A90)). Po besedah sogovornikov moraš prvo pomoč kot gorski reševalec dobro znati, vendar to nekaterim predstavlja kar velik izziv, saj se nikoli prej niso srečali s hujšimi in bolj krvavimi prizori (»*Pač res nisem navajen teh tabednih poškodb in teh grdih zlomov in podobn, to nisem jest za to*.« (F94)). Preko izkušenj je nekaj intervjuvancev ugotovilo, da jim ustreza bolj tehnični del reševalnih akcij (»*Glede štrikerije al plezalnega dela, se pa počutm domače …*« (D67)). Znanja največ pridobijo reševalci na intervencijah in vsako znanje jim zagotovo pride prav v kasnejših akcijah (»*Tud v prvih parih letih daš tok intervencij skos, da ti je jasno, kako pa kaj se kej dela. Sploh za situacije, k so si med sabo lahko podobne in že poznaš teren in točn veš kje boš sidrišče delou, kje je ker dobr drevo ipd.*« (F103)).

Dolžnosti prostovoljcev so intervjuvancem pogosto v izziv. Izziv je ohranjati dobro telesno in tehnično pripravljenost na zahtevne intervencije (»*Preprosto, če se redno ne udeležiš letne in zimske vaje, nisi na tekočem in nisi usposobljen*.« (B22)), izziv je razporejati čas, namenjen aktivnostim GRS, izziv je komunicirati s ponesrečenci, ki ne pokažejo hvaležnosti (»*razen enkrat sem se zapeu. Pač dva turista, kuj, k sta ugotovila, da je blo reševanje zastonj, sta nas začela v red dajat, zakaj smo tok cajta rabil, zakaj jih nismo takoj najdl. To se mi je pa mal odprl, no*.« (F110)) in izziv je hoditi na čistilne akcije le zato, da pridobijo finančna sredstva (»*Mal nm gre v nos včasih to, da mormo sodelovat na kakšnih čistilnih akcijah in to samo zato, da ne morjo rečt, ne dobite dnarja, ker vs pač ni blo* (E27). *Pa sej če je bil tak strm teren, sej ni panike, to z veselm* (E28). *Naša občina je velika in kamot bi drug folk spucov lahek teren*

ane, ljudi je dost …« (E29)). Odgovornost je tudi nekaj, kar neprestano spremlja delo reševalcev (»*Pa klele ne moreš bit zbirčen, k si enkrat v helikopterju, si pač tm in odgovoren. Pa še to je, da si v resnic odgovoren za celo ekipo, ker če jest kj zaserjem, zaserjem komplet cel helikopter, sebe pa navezo v steni. Ker so prek mene vsi vpeti v steno. In če gre karkol narobe, gremo vsi skp na britof.*« (A69)) in vedno poskrbijo, da je varnost reševalcev na prvem mestu. Sogovornica je poudarila, da je odgovornost še toliko večja za vodje akcij in vaj, reševalci so lahko potencialno izpostavljeni tudi tožbam (»*Ker recimo na smučiščih, k je dost smučarskih nesreč, bi se kamot zgodil, da bi me kdo tožu, da ga nisem primerno oskrbela ane …*« (E21)). Ko se sproži alarm za intervencijo, vsi sogovorniki hitro ukrepajo, če jim le okoliščine to dopuščajo in posledično pride tudi do hitenja na cestah in za morebitne hitrostne prekrške odgovarjajo in plačajo sami (»*pa sem vedla, da bom mogla tud vsako to kazen na cest plačat ane …*« (E43)).

Ob pristopu v GRS so imeli nekateri sogovorniki določena pričakovanja, nekatera so se uresničila, druga se niso. Dva sogovornika sta izpostavila razočaranje nad medsebojnimi odnosi, ki jih imajo člani znotraj društva in odnosi z GRZS (»*Sm v vas gor zrastu in sem bil navajen d vsak usakmu pomaga ane* (A28), *tm so pa ljudje tud taki zraven, d maš občutek, d si prepuščen sam seb.*« (A29)). Je pa večina sogovornikov zadovoljnih z odzivnim časom, ki ga imajo za intervencije (»*Izvoz mamo recimo v nekak 12 do 14 minutah in smo res hitri …*« (D25)), z razporeditvijo oz. delitvijo nalog med samo akcijo, s tehničnim znanjem ekipe ter z organizacijo občasno potrebne mednarodne pomoči (»*In ja sej zgodil, da je mogu pridt Avstrijski helikopter.*« (F35)). Starejši sogovornik je izpostavil, da mu izziv predstavlja komunikacija s tujci, saj ne zna angleško in posledično prepušča komunikacijo s tujci svojim kolegom, ki imajo ustrezno znanje angleškega jezika (»*Zdej ena moja pomanklivost, in s tem drugi nimajo težav, je ta, da jest ne znam angleško in se ne morem zment kej dost s tujci*.« (B25)). Nekaj intervjuvancev je izpostavilo tudi problematiko neustreznih društvenih prostorov GRS (»*Pr ns je pa problem predvsem slabi društveni prostori. Mi mamo čist neogrevane in odprte prostore in vsa oprema, avti, roba, vse je pozim na minusu. In k prideš ves moker iz akcije, nimaš to kam dat sušit …*« (D76)) ter neustrezne lokacije baz reševalnih helikopterjev, ki v primeru megle ne morejo vzleteti.

Manjši del sogovornikov je izpostavil, da pomemben izziv predstavljajo medosebni odnosi znotraj postaje ter odnosi z GRZS. Reševalec se zaveda, da je pri opravljanju tovrstnega dela medsebojno zaupanje ključnega pomena, zato je izrazil razočaranje nad dejstvom, da kljub

učinkovitemu sodelovanju na terenu znotraj kolektiva prihaja do ravnanj posameznikov, ki spodkopavajo odnose in zaupanje. (»*K se res nesramne stvari dogajajo na postaji …*« (A40)). Posledično je izziv tudi medsebojna komunikacija, ki povzroča živčnost v ekipi in posledično ogroža potek intervencij (»*In če pride še ker mal bl živčen, k pol sam divja, pol je mal štale. Pride do problematičnih komunikacijskih šumov, d pozabš opremo, se odpeleš samo s pol opreme*.« (F168)). Prihaja do meddruštvenih očitkov za nekompetentnost, medsebojnega nerazumevanja, pametovanja ipd. (»*Je velik manj problem pospravlat mrtve ljudi po hribih pa te težke poškodbe, kokrt pa ukvarjanje z zabadanjem noža v hrbet znotrej ekipe*,« (A39)).

Eden od reševalcev je izpostavil problematiko majhnega podmladka in to v vaški GRS postaji, ki pokriva veliko vertikalnega terena. Postaja nikoli ni bila alpinistično močna in je, tudi brez strogih pogojev za pristop h GRS, izziv dobiti fante, ki bi bili primerni za reševalce (»*Novačmo pa folk pol tko, da jih sprašujemo pa jih tud po več let probamo spravt v GRS. Itak smo mejhna vas in vse poznaš in pol te novačeš*.« (F39)). Po mnenju sogovornika je velika napaka lokalnega GRS ta, da v svoje vrste ne sprejemajo žensk. Kandidatk je nekaj in bi krepko pripomogle k reševanju kadrovske stiske (»*Pa en ornk problem pr ns je tud ta, da mamo nenapisano pravilo, ampak vsem znano pravilo, da ženske ne smejo k nm v GRS. Nekak niso dobrodošle …*« (F48)).

Vsi sogovorniki so videli izzive tudi v organiziranosti GRS, a večina je organizacijski nivo dela zelo pohvalila (»*Varnostni nivo in kvaliteta znanja je v GRS visoka, ker moreš bit usposobljen tud za težke intervencije, ki zahtevajo res ogromno znanja in veščin*,« (B18)). Pohvalili so odzivnost, dobro in natančno pripravniško dobo, redne vaje (»*Mamo vsako sredo v maju vajo in gremo vse čez, letno pa zimsko vajo, smučarsko vajo …*« (E59)), sogovornica je izpostavila dobro odzivnost deklet, ki delajo v GRZS pisarni (»*Tud dve punce, k sta v pisarni, sta res odzivne in če karkol rabš, npr. zdravniški pregled, sta res odzivne in vse zrihtata. Sta kr v pomoč, tud za kontakte, informacije ipd.*« (E67)). Le eden izmed reševalcev je poudaril, da njihovo GRS društvo nima dovolj vaj, da so izobraževanja na GRZS slabo urejena, da z zvezo ni dobrega sodelovanja (»*Enkrat sem žou mogu bit na upravnem odboru od zveze in komunikacija je lahko v vsaki gostilni bolša, kokrt je bla tm*.« (F118)), da zveza ne razume situacij vaških GRS postaj in da je tudi meddruštveno sodelovanje šibko (»*Pa tud z drugmi GRS nismo nekej najbolš kolegi*

… Skos so neki kregi glede mej in so jih že nekej prerisval in je zmeden, ane. In to pol kr traja iz generacije v generacijo.« (F174)).

Večji del sogovornikov vidi izziv za GRS tudi v pravni ureditvi organizacije. Sogovornik je izpostavil prostovoljno delo, za katero reševalci ne dobijo plačila, pa čeprav je nekdo v reševalni ekipi v istem helikopterju za isto delo plačan (»*Naša funkcija se pa izvaja v okviru humanitarne organizacije in kao za to delo ne smemo dobit plačila*.« (A58)). Nekaj intervjuvancev je izpostavilo tudi neustrezno pravno ureditev statusa gorskega reševalca, ki pri delodajalcu ni ustrezno zavarovan (»*Glavna stvar se mi zdi ta, da nimamo urejen glede statusa gorskega reševalca* (C28). *Nič kej dost nismo zavarovani pred delodajalci in ni tko simpel zapustit delavno mesto kdrkol bi rabl…*« (C29)). Sogovornik se zaveda, da je pri uvajanju sprememb potrebno upoštevati zakonodajo in je mnenja, da to v velikih primerih upočasnjuje spremembe (»*Sam, ja, ta usklajevanja so zamudna, pa k se vlada mena, gre pol spet vse na začetek …*« (D75)). Problematično je tudi dejstvo, da so reševalci za potrebe aktivnosti pri GRS primorani v službi jemati dopust (»*Ker trenutno to zgleda tako, da za vsako usposabljanje vzameš dopust* …« (C32)). Večina sogovornikov je izpostavila ranljiv položaj članov GRS, ki so samostojni podjetniki in v primeru intervencije v delavnem času ostanejo brez dohodka. Eden od sogovornikov je bil mnenja, da je financiranje GRS dobro urejeno, druga sogovornica je izpostavila, da je financiranje društva izziv, saj je v veliki meri odvisno od občin. Večina sogovornikov je podala tudi predloge, kako bi lahko izboljšali organizacijo GRS. Z izboljšanjem komunikacije bi si lahko prihranili na skupnem prevozu (»*Dostkrat smo se vozil vsak s svojmu avtom pa smo nepotrebno divjal. Lahko bi se sam mal počakal*.« (A97)), lahko bi bolj lokacijsko poenotili helikoptersko reševalno ekipo, postavili dodatne GRS baze, lahko bi več članov GRS poznalo dogajanje v ozadju (»*To bi lahko vsi mal več vedl, kaj in kako se vse delo po akcijah še dogaja* …« (E65)) in konkreten sogovornikov predlog je bil tudi snemanje reševalnih akcij, kar bi omogočilo bolj temeljite analize dela na terenu.

3.3.3. Psihosocialna pomoč in podpora

V raziskavi sem želela pridobiti boljši vpogled v vire pomoči in podpore, ki jih uporabljajo člani GRS, saj je njihovo delo zaradi zahtevnega terena, pogosto neugodnih vremenskih razmer, hudih poškodb, smrti in drugih okoliščin tudi psihično izjemno zahtevno. Nekaj sogovornikov je reklo, da med intervencijo stres ni prisoten (»*Sedej tud med zahtevnimi in težkimi akcijami nisem praktično nič pod stresom, niti me ni strah, tesnobe pa tud ni*.« (B13)). So pa poudarili, da je do neke mere stres oz. adrenalin na intervencijah samoumeven (»*No, sej včasih, k si na vrh gore, pa tehnik na helikopterju odpre vrata pa vsi potrdijo, da so prpravleni in pol pogledaš dol je 1000m lufta. Valda d si posran, sej un k ni, ni normaln* …« (A71)). Drugi sogovorniki pa

so izpostavili, da je stres pri njih stalno prisoten, predvsem na začetku akcije, ko ne veš kaj te čaka. Sogovornica je bila opazno bolj pod stresom v času svojih prvih intervencij, ko še ni imela opravljenega tečaja prve pomoči (»*Zdej, tesnoba je bla mogoče dost bl prisotna čist na začetku, k še nisem mela narjenga tega tečaja prve pomoči*.« (E46)).

En izmed članov GRS je izpostavil, da nevihte faktor stresa še dodatno povečajo celi ekipi in da njemu osebno iskalne akcije povzročajo veliko psihično breme (»… *te iskalne akcije so zmerej melanholične, greš v akcijo z bednmu občutkom, ker več al manj veš, da iščeš truplo …*« (F68)). Zaveda se, da je za težke intervencije še danes psihično slabše pripravljen (»*Pač jest zase vem, da nisem bil psihično prpravlen na tako intervencijo, kakršna je pol pač bla* (F136). *Definitivno bi me podoben dogodek tud zdele pretresu ...*« (F137)).

Za uspešnost reševalne akcije je pomembno dobro počutje celotne reševalne ekipe, potrebno poskrbeti tudi za soreševalce (»*Pa tud za ponesrečenca je bolš, da mi čimbl mirno zgledamo, ane …*« (F97)). Večina sogovornikov še ni bila neposredno priča stiski soreševalca, vendar je eden izmed reševalcev poudaril, da je kljub temu mogoče čustveno stanje ekipe razbrati iz obraznih potez (»*Mogoče kdaj komu na faci razbereš, da mu ni ok …*« (A83)). V tovrstnih primerih je potrebno človeka v stiski umiriti, ga postaviti na varno mesto (»*In tud v situacijah, ko pri drugih reševalcih zaznam neko stisko al izčrpanost, mi je prva stvar to, da ga je treba umirit* (C21) *in sevede zavarvt*.« (C22)) in po potrebi poiskati dodatno pomoč (»*Se pa sevede takoj povežem tud v govor z zdravnikom, k tud bolje ve, kako naprej*.« (B17)). Reševalci se zavedajo, da mora kljub vsemu reševalna akcija teči dalje in se ekipno prilagodijo sprotnim situacijam (»*Sej če sva dva v helikopterju in vidm d un ni 100% za stensko reševanje, se pač zmenva, d bom šu jest pa bo on recimo medicinski del zrihtou. Sej zato pa smo zdravniki, reševalci letalci, reševalci letalci zdravniki ipd. Pa ja nobenmu ne gre zamert. Naloge so fleksibilne, ni napisan kaj kdo počne, velik se da zemnt.*« (A88)).

Večina sogovornikov pomemben del pomoči in podpore dobi v domači GRS skupnosti. Člani so se pripravljeni med seboj pogovarjati in deliti izkušnje (»*Zdej prou na ravni postaje se pa velik pogovarjamo o tem* (D84), *zmerej rečejo, če bo krakol, poklič kogarkol in so res ves čas na voljo za pir al karkol …*« (D85)). Velik razbremenili faktor so druženja takoj po intervenciji, kjer se pogovorijo o dogajanju na terenu (»*Ampak ja po vsaki akciji gremo obvezno na pir, pač prej ne greš, ne smeš it domu. Se na pijač pol pogovorimo pa vse predebatiramo …*« (E72)). Eden izmed sogovornikov je izpostavil delitev GRS društev na mestne in vaške postaje. Mestne postaje se mu zdijo precej bolj odprte za spremembe na področju soočanja s psihološkimi

posledicami reševanj, ker svojo domačo vaško postajo doživlja kot zelo zaprto (»*Ampak vem tud, da za to isto akcijo ma en soreševalc še dons probleme, pa se nekak ne pogovarjamo o tem*.« (F146)). Občutek ima, da v društvu zavračajo pomoč in podporo, ki jo lahko nudijo pogovori o doživetem (»*Pr ns maš en tak čudn občutek, sploh pr smrtnih žrtvah, da se morš sam požret in toj to …*« (F74)).

Vsi sogovorniki so bili seznanjeni z možnostjo pogovora z zaupniki, ki delujejo znotraj GRZS. Večina jih dodatne pomoči še ni potrebovala, vendar dopuščajo možnost, da se tega nekoč poslužijo. Le eden izmed sogovornikov se je doslej odločil za pogovor z zaupnikom, pri čemer je zaradi negativnega odnosa do tovrstne pomoči na GRS-postaji to pomoč poiskal prikrito (»*Jest iskreno pr enih prvih smrtnih žrtev, k sm jo mu, sem se na tiho poslužu te pomoči*.« (F73)). Zaupnika je kontaktiral šele dva meseca po dotični intervenciji in je priznal, da mu je žal, da ni pomoči poiskal že prej (»*Pa ni blo nekej tacga d bi kej težga razlagou, sam razložu mi je, kako sploh funkcionira ta proces soočanja s smrtjo v takih primerih* (F131). *Pa da kar se men dogaja, da je čist normaln in zame je to predvsem tko pomirjujoče doloval. Me je pomiru, razložu mi je* (F132), *dal tud svoje primere. Ker on je bil generacija z Zaplotnikom in je izkušnje z njegovo smrtjo povedou* (F133). *Dal mij vedt, da ti neprijetni občutki so normalna zadeva, da trajajo nekej cajta* (F134). *Bi mi res prou pršlo, če bi to že prej slišou …*« (F135)). Tudi drugi sogovorniki so izpostavili, da je pomembno, da se o težkih stvareh pogovarjaš s človekom, ki ima podobne izkušnje in razume situacijo (»*Fajn ,je d se to lahko pogovarjaš z enmu, k to zastop. Pač en doktor al pa mrbit s pilotom, tehnikom in s takimi ljudi. Z enmu xx pa to ne gre tko ane …*« (A105)). Zgolj en izmed sogovornikov je izpostavil, da o psihološki pomoči ne ve kaj dosti in mu je to področje tuje.

Prijatelji so pomemben vir pomoči in podpore. Večina sogovornikov se s prijatelji pogovarja o doživetem (»*Pa sej ne bom razlagou, kako je unmu glava manjkala, ampak k sem med svojimi ljudmi, morm to iz sebe dt …*« (A121)) in pri večih so prijateljski in GRS krogi med seboj močno prepleteni (»*Pol, ker sm itak tok v GRS-ju so to tud moj krog ljudi in se prekriva svet kolegov in reševalcev in s to družbo pol debatiramo*.« (F157)). Dva sogovornika sta posebej izpostavila tudi humor, ki pozitivno vpliva na vzdušje v ekipi (»*Po intervencijah k so ble res zahtevne, si pomagam s humorjem* (C16). *Se mi zdi to kr dober način, k ns zna spravt v boljšo voljo*.« (C17). Intervjuvanci se zavedajo, da je vedno na voljo dodatna pomoč psihologov ali psihoterapevtov. Eden izmed reševalcev je poudaril, da njemu v veliki meri pomaga joga, ki zmanjšuje stres ter branje dobrih in koristnih knjig (»*Pa fajn je, d kdaj kakšno knjigo prebereš,*

tako od kerga človeka, k je kje bil pa je kej vidu …« (A114)). Olajševalna okoliščina je tudi navajenost na krvave prizore, kjer je eden izmed sogovornikov izpostavil kolege, ki so poleg prostovoljstva v GRS, tudi lovci.

Delo v GRS je nepredvidljivo in pridejo prav tudi oblike samopomoči, ki sogovornike vsaj malenkost bolje pripravi na delo na terenu. Večina sogovornikov je poudarila, da nikoli ne veš, kaj te čaka (»*Dobimo nek kratek SMS s tremi besedami in pol, kar bo bo. Npr. smo dobil SMS, poškodba gozdarja. To je lahko smrt, lahko je pa sam neki malga …*« (D44)). Član GRS pozna samega sebe in si v glavi vnaprej oblikuje več možnih situacij in se s tem poskuša bolje pripraviti na akcijo (»*Že ko se pelemo do ponesrečenca, si v glavi že oblikujem neko sliko* (A77). *Grem po tistmu reku, d pričakuj nepričakovano …*« (A78)). Med potekom intervencije se trudijo imeti fokus na nalogi in ne na svojih čustvih (»*Med samimi intervencijami pa preprosto ne spustim čustev bliz* (C18), *jih poskušam ne upletat in ostat fokusrian na moji nalogi …*« (C19)). Eden izmed sogovornikov je poudaril, da so ga izkušnje naučile, da je smiselno poiskati ustrezno pomoč kmalu po intervenciji.

3.3.4. Priložnosti za vključitev socialnega dela

V raziskavi sem sogovornike vprašala tudi po njihovih idejah za povezovanje socialnega dela in dela GRS. Nekaj sogovornikov je najprej izpostavilo mediacijo, ki bi nekaterim GRS društvom koristila za izboljšanje medsebojnih odnosov (»*Te osnove komunikacije, mediacijo bi rabil. Za te medsebojne odnose …*« (A128)). Eden izmed sogovornikov je povedal, da bi jim to koristilo nekaj deset let nazaj in da so trenutno odnosi na društvu solidni. Dva reševalca sta izpostavila, da se jima zdi njuno znanje o komunikaciji s svojci ali ponesrečenci precej pomanjkljivo in bi si želela, da bi imeli več izobraževanj na to temo (»*Ni necga tečaja za pogovor s svojci, kako se pogovarjat* (E83). *Pa tud s ponesrečencem tud nč kej dost, sam rekl so, da ponesrečencu ne smemo rečt, da bo vse uredu* (E84). *Lahko bi mel izobraževanje al šolo tud na to temo …*« (E85)).

Sogovornik pogreša v procesu dela v GRS informiranje o različnih načinih sproščanja, ki lahko zelo pozitivno vplivajo na psihično stanje reševalcev. Omenil je vpliv duhovnega sveta, dihalne vaje (»*… pa te raznorazne oblike dihanja in tega je še polhn …*« (A133)) in preprost fizični napor. Eden izmed sogovornikov je izpostavil, da delo GRS postaja vedno bolj rutinsko in večkrat ima občutek, da bi se za ponesrečenca lahko bolj potrudili in da ni vse le v hitrosti (»*Sploh k maš določene reševalce, k tega ne dojamejo, da ni glih najbl važn sam to, da ga*

čimprej dol spravš …« (F161)). Drugi sogovornik se zaveda, da je vsako reševanje svoja zgodba (»… *tud čist vsaka akcija, vsak reševanje, je cela zgodba zase* …« (C27)). Ponesrečencem veliko pomeni, da si nekdo vzame čas in jim nekdo že na terenu predstavi, kaj se dogaja (»*Ker je res dobr, kokrt maš na intervenciji enga reševalca, k ma cajt pa dj umirjen in d razlaga, kaj se dogaja, kako se dogaja, kaj bo poj* …« (F164)).

Mesto za vključitev socialnega dela so sogovorniki videli tudi na področju dela s svojci (»*Jah mogoče je res ta vez med reševalci pa svojci … Tm nekak bi lahko vidu vlogo socialnga delavca* …« (D90)). Ponesrečenci ali svojci se občasno vrnejo na GRS postajo in se zahvalijo za reševanje. Zgodi se, da svojci kontaktirajo lokalno GRS postajo s prošnjo, da bi obiskali mesto nesreče in to sicer ni na delavnem seznamu prostovoljnega dela v GRS (»*Sam ja, to je lahko ful odrešitev za marsikoga* (A139). *Sam to ni nč organiziran ane* …« (A140)). Sogovornik pa je izpostavil tudi predlog, da bi ljudje, ki se sami organizirajo in obiščejo kraj nesreče, imeli s seboj vsaj enega GRS člana, saj imajo izkušnje, da se ob tovrstnih obiskih prepogosto zgodijo nove tragedije (»*Jah, to pa mogoče lih to, da če grejo svojci pogledat, kje sej to zgodil, d majo GRS-jevca sabo, ker so nesreče na teh ogledih kr pogoste* …« (A138)).

Sogovornik je poudaril, da bi GRZS potrebovala človeka, ki bi urejal pravice humanitarnih delavcev, kar bi prostovoljcem olajšalo situacijo predvsem na delavnih mestih (»… *in če bi imel človeka, k bi to rihtou, bi blo vretn tud dost laži* …« (C37)). Reševalka pa je povedala, da bi bilo dobro, da bi v usposabljanja vpletli tudi delo z ljudmi z motnjo v duševnem razvoju (»… *tud nismo usposobljeni za delat s temi, k so mentalno zadej ane* …« (E81)). V hribe zahaja vedno več ljudi, vsak s svojo zgodbo, in sogovornica je povedala, da ima za seboj že lepo izkušnjo predstavitve GRS v šoli za otroke, ki imajo motnjo v duševnem razvoju (»*Sva bla s kolegom na prikazu v eni taki šoli za otroke s posebnimi potrebami in je ful dober izpadel, je otroke to čist prtegnil in so ful notr padl* …« (E87)).

Tekom pogovora je vprašanje o povezavi med socialnim delom in GRS več sogovornikov minimalno zbegalo. Le en sogovornik ni podal konkretnega predloga in povedal, da mu je področje socialnega dela neznano (»*Na to ti pa ne znam odgovort. Niti ne poznam dosti socialnega dela* …« (B32)). Podobno sta povedala tudi še dva druga sogovornika, ki sta kasneje podala par zgoraj omenjenih idej.

4. Razprava

Prostovoljstvo ima začetke že stoletja nazaj v zgodovini (Flaker, 2001), zametki GRS pa so znani v 19. stoletju, ko so se začela oblikovati alpska društva. To so tudi začetki očitnega povečanja obiska naših gora in postopnega večanja potrebe po reševalnih ekipah (Habjan, Malešič, Oman Polajnar in Šegula, 2012, str. 21, 22). GRS organizacija deluje z namenom, da ljudem v stiski na zahtevnih terenih in v gorah prostovoljno pomaga. Dejavnost reševalne službe ima širok nabor aktivnosti, kjer so GRS člani kompetentni za reševanje (GRZS, b.d.). Delo vzame veliko časa, ki je sicer namenjen službi, družini ali drugim prostočasnim dejavnostim. Naraščajoče število obiskovalcev naših gora in posledično nesreč najbolj občutijo aktivni člani GRS. Raziskava je bila usmerjena v razumevanje motivatorjev članov GRS ter v način, kako sami vidijo svoje prostovoljno delo. Rezultati nakazujejo, da je motivacija članov GRS večplastna in pretežno notranje naravnana, kar je skladno z osnovnimi pogledi prostovoljnega dela, ki zajemajo prostovoljno in svobodno odločitev za vključitev v organizacijo (Gril, 2005) ter delo utemeljeno na vrednotah, solidarnosti in želji po pomoči soljudem (ILO, 2016).

Najpogostejši in najbolj opazen motivator je želja po pomoči ljudem v stiski, predvsem na gorskem in drugem zahtevnem terenu. Člani GRS svoje delo pogosto razumejo kot prispevek k varnosti skupnosti in kot moralno dolžnost. Preko izpolnjevanja tega občutka pridobivajo osebni smisel in občutek zadovoljstva (Kamrti, idr., 2025). Že Gril je v raziskavi ugotovila, da mladi iščejo v prostovoljstvu priložnosti za opravljanje koristnega dela in si preko tega prizadevajo za pozitivne spremembe v sebi in v družbi (Gril, 2005).

GRS je primer prostovoljstva, ki ima svoje organizacijske začetke v mladih, ki so ljubili raziskovanje vertikalnega gorskega sveta (Habjan, Malešič, Oman Polajnar in Šegula, 2012, str. 156, 157). Običajno je glavna pobuda za prostovoljstvo prilagojena osebnim motivom, prostovoljci se odločajo za tisto delo, ki jih osebno nagovarja (Clary, 1994). Osebni interes mladih je bil v 19. stoletju glavni razlog za organizirano reševanje ponesrečencev in tudi v tej raziskavi se je pokazalo, da je pomemben motivator osebni interes za alpinizem, hribolazenje ali gibanje v naravi. Pogosto se v delu za GRS odraža ljubezen do hribov, ki izvira še iz otroških let in je to smiselno nadaljevanje njihovega življenjskega sloga. Ta življenjski slog ne izključuje možnosti, da bodo nekoč člani GRS tudi sami potrebovali pomoč reševalne službe.

Družba je tretji pomemben motivator. Nekateri so preko prijateljev prišli v GRS in večina ima v skupnosti dobre prijatelje, ki so med seboj povezani, skupaj preživljajo prosti čas in so si na nek način družina. Podobno so dokazali v drugi raziskavi prostovoljstva leta 2023, da je bil namreč najmočnejši pozitivni motivator za delovanje v skupnosti občutek pripadnosti in koristi za skupnost. Motivatorja sta bila tudi občutka usposobljenosti in kompetentnosti v dani situaciji (Prytz, Norrblom, Pilemalm, Granberg in Jonson, 2023). Člani GRS so izpostavili, da v kriznih in stresnih okoliščinah dobro funkcionirajo in da se zavedajo, da je to njihova osebna prednost. Večina ljudi namreč v tovrstnih trenutkih doživlja velike stiske, občutke tesnobe, nezaupanja in strahu (Levine in Frederick, 2015, str. 30). Ta lastnost reševalcev je notranja motivacija, ki zavzema osebne želje in potrebo po samouresničitvi, spoštovanju, občutku koristi ter pripadnosti (Deci in Ryan, 2000). Velik del teh potreb je pri reševalcih potešen in posledično se notranja motivacija krepi in to direktno vpliva na visoko stopnjo prepadnosti delu GRS.

Drugi, zunanji, tip motivacije nima osrednje vloge pri odločanju za pristop v GRS. Sicer tovrstni motivatorji, kot so npr. popusti pri nakupu opreme, cenejše nočitve ali večje spoštovanje v družbi, obstajajo, vendar niso bistveni. Že Furnham je izpostavil, da denar ni nujno motivator, čeprav ima običajno vlogo univerzalnega motivatorja. Večkrat imata priznanje in avtonomija večjo nagradno težo, kot pa denar (Furnham, 2012).

Raziskava je pokazala, da se izzivi dela v GRS kažejo na mikroravni, mezoravni in makroravni prostovoljnega dela. Najpogosteje izpostavljen izziv pri članih GRS je časovna obremenitev, ki jo zahteva prostovoljstvo v GRS. Ta potrjuje ugotovitve, da je pomanjkanje časa ena ključnih ovir prostovoljnega dela, še posebej pri zahtevnih in organizacijsko kompleksnih oblikah prostovoljstva (Gril, 2005). V primeru GRS časovna obremenitev ne vključuje zgolj intervencij, temveč tudi redne vaje, izobraževanja, pripravo opreme in vzdrževanje fizične pripravljenosti, kar pomeni dolgotrajno in kontinuirano delo.

Ovire prostovoljnega dela so pogosto večplastne (Southby, South in Bagnall, 2019) in posledice časovne odsotnosti reševalcev se močno odražajo na družinski ravni in na delovnem mestu. Konflikti, do katerih prihaja v družinskem okolju, pomanjkanje podpore ter omejitve s strani delodajalcev kažejo na to, da prostovoljno delo v GRS pogosto poteka v njim nenaklonjenih okoljih. Še toliko bolj pa so ranljivi tisti člani, ki so samostojni podjetniki in pri katerih vsaka odsotnost pomeni neposreden izpad dohodka in to dodatno poglablja strukturne neenakosti v dostopnosti prostovoljstva. Prostovoljstvo si lažje privoščijo tisti posamezniki z več socialnega in ekonomskega kapitala (Southby, South in Bagnall, 2019).

Na mikro ravni se izzivi kažejo v fizičnih, psihičnih in čustvenih obremenitvah, ki bremenijo reševalce. Reševanje v gorskem svetu vključuje visoko stopnjo tveganja, soočanja s poškodbami, smrtjo in nepredvidljivimi razmerami, kar zahteva veliko izkušenj in psihične stabilnosti (Habjan, Malešič, Oman Polajnar in Šegula, 2012). Člani GRS se zavedajo, da teoretično znanje samo po sebi ni dovolj, temveč da se ključne kompetence razvijejo skozi izkušnje, pridobljene na terenu. To je skladno s specifičnostjo gorskega reševanja kot strokovno in visoko specializirano obliko prostovoljstva. Hkrati pa vsi reševalci ne doživljajo enakih vidikov dela kot enako obremenjujoče, saj se nekateri bolj prepoznajo v tehničnem delu intervencij, drugi pa težje prenašajo medicinske in čustveno zahtevne situacije in posledično si delo poskušajo razdeliti tako, da vsak dela tisto, v čemer je samozavesten.

Mezoraven nakazuje izzive, povezane z organizacijo dela, z medsebojnimi odnosi in s komunikacijo znotraj posameznih GRS postaj ter z GRZS. Večina članov GRS svoje delo ocenjuje za visoko strokovno, dobro usposobljeno in pohvalijo odzivnost v primeru intervencije. Se pa znotraj tega pojavljajo napetosti, ki lahko spodkopavajo medsebojno zaupanje, ki pa je eden pomembnejših elementov za učinkovito delovanje reševalnih ekip. Slabi medsebojni odnosi, pomanjkljiva komunikacija in občutek nepravičnosti so za nekatere reševalce celo bolj obremenjujoči, kot pa same intervencije in kar se na intervencijah dogaja. Poseben izziv predstavlja danes področju prostovoljstva pridobivanje podmladka, saj je zanimanja in motivacije za neplačano delo med mladimi vedno manj (Gril, 2005). GRS ima specifično obliko prostovoljstva, saj zahteva širok nabor fizičnih in tehničnih znanj. Pravila za pristop v GRS variirajo od društva do društva in bazen alpinistov, kjer GRS črpa svoje člane, se krči, saj so otroci zaradi ekranov gibalno manj sposobni (Tratnik, 2024) in imajo nekatera GRS društva težave s pridobivanjem podmladka. Problem s podmladkom se pojavlja predvsem v vaških GRS postajah, mestne teh težav trenutno nimajo. So pa nekatere od teh vaških postaj v prekršku, ker ne upoštevajo zakonsko predpisane enakosti spolov. Enakost zagovarja, da morata biti spola tako zakonsko, kot tudi v praksi enako prepoznavna, razpolagati morata z enako družbeno močjo in biti enako udeležena na vseh področjih javnega in zasebnega življenja ter od rezultatov imeti enako korist (GOV.SI, b.d.). V dotični GRS postaji obstaja nenapisano pravilo, da se žensk v reševalske vrste ne sprejme in od tega pravila ne odstopajo, četudi imajo kadrovsko stisko. Mlajša generacija članov se te napake zaveda in se strinjajo, da bi bilo to nenapisano pravilo nujno odpraviti.

Na makro ravni se izzivi kažejo predvsem v pravni in v sistemski ureditvi gorskega reševanja. Neurejen status gorskega reševalca, neenaka obravnava prostovoljnega in plačanega dela za isto reševalno delo ter odvisnost financiranja od občin. Izziv predstavlja počasen sistem uvajanja sprememb in omejitve, ki jih prinaša zakonodaja, kar spodbuja razmislek o profesionalizaciji gorske reševalne službe, kot jo predlaga tudi Šerkezi (Tratnik, 2024). S profesionalizacijo se strinjajo tudi številni člani GRS in v tem vidijo prihodnost njihovega poslanstva.

Ljudje se različno odzivamo na nesreče in tudi naši odzivi so zelo individualno oblikovani (Polič, 2010). Člani GRS opisujejo stres med intervencijami zelo različno. Nekateri med akcijo ostanejo strogo fokusirani na nalogo in ne pustijo, da bi prišla njihova čustva na plano. Svoje delo opravljajo mirno in brez zaznave večjega stresa. Stres je odziv na mišične, čustvene in vedenjske obremenitve iz okolja, kar prinašajo dogodki, okoliščine in spremembe (Lavrič in Štirn, 2016). Negotovost je pri GRS akcijah ves čas prisotna, saj je stanje na terenu nepredvidljivo in do neke mere reševalci stres jemljejo za samoumevnega in stalnega spremljevalca na intervencijah. S pridobivanjem izkušenj reševalci pri sebi ta stres s časoma normalizirajo. Raziskava je pomazala, da so začetniki v GRS bolj dovzetni za občutke tesnobe in negotovosti in predvsem je to pogosto izpostavljeno v kontekst znanja prve pomoči. Prožnost je človeška sposobnost, da se prilagodimo, se učimo in rastemo preko zapletov in razpletov v našem življenju in nam omogoča, da v času stisk in stresa lažje vzpostavimo osebno ravnovesje. Eden izmed pomembnejših dejavnikov prožnosti so kompetence, ki nas vodijo do praktične uporabe znanja in do uporabe že prej pridobljenih izkušenj (Lavrič in Štirn, 2016). Tudi pri reševalcih je raziskava pokazala, da izkušnje krepijo zaupanje v lastne sposobnosti in se to posledično odraža v bolj umirjenem delovanju na terenu.

Eden izmed sogovornikov je izpostavil, da so iskalne akcije na intervencijah še posebej psihično naporne. V zelo redkih primerih se tovrstne zgodbe končajo s srečnim koncem. Reševalci so pogosto na reševalnih akcijah deležni nenavadnih življenjskih izkušenj, ki zajemajo hude telesne poškodbe, reševanje otrok, smrtne izide ipd. Vse to so teoretično lahko podlage za doživljanje travme (Levine in Frederick, 2015, str. 26–33). Člani GRS priznavajo, da niso povsem pripravljeni na psihično zahtevne intervencije, kar pišeta tudi že Lavrič in Štirn, da ponavljajoča se izpostavljenost še ne pomeni nujno tudi popolne odpornosti na travmo (Lavrič in Štirn, 2016).

Odziv na travmatske dogodke v grobem lahko razdelimo na štiri medsebojno povezane faze. Prva je faza akutnega šoka, ki ga zaznamuje močna psihofizična aktivnost celega našega telesa (Lavrič in Štirn, 2016). Reševalci te simptome razberejo že iz obraznih potez soreševalcev in vidijo, da se kolega ne počuti v redu. Nekateri so ta akutni šok doživeli tudi sami in so potrebovali pomoč drugih članov GRS, da so jih pomirili in spravili na varno mesto. Druga je faza zanikanja in podoživljanja doživetega (Lavrič in Štirn, 2016). Tu se člani GRS med seboj opominjajo, naj se ustavijo in predihajo vse, kar se je dogajalo na terenu. Tretja je faza predelave, ko posameznik vzpostavi psihološko distanco do travmatske izkušnje in poskuša nadaljevati s svojim življenjem (Lavrič in Štirn, 2016). Eden izmed reševalcev je povedal, da je bil še dva meseca po akciji zelo zaznamovan. Aktivnosti, ki so ga prej veselile, se je sedaj bal in se je v večji meri zaprl vase. Po dveh mesecih se je odločil za pogovor z zaupnikom in to mu je dalo občutek in zavedanje, da je njegovo doživljanje normalno. To ga je zelo pomirilo in postopoma se je vrnil v svoje življenje. To je faza integracije izkušnje, ko je travmatska izkušnja postala izhodišče za osebno rast in za nove začetke (Lavrič in Štirn, 2016). Raziskava je pokazala, da tisti, ki imajo veliko izkušenj s psihološko zahtevnimi intervencijami, so se že poslužili dodatne pomoči zaupnikov, tisti z manj izkušnjami pa se zavedajo, da jim je dodatna pomoč na voljo in jo bodo po potrebi tudi koristili.

Člani GRS se zavedajo, da je na prvem mestu njihova varnost in varnost ekipe. Lavrič in Štirn opisujeta psihološko podporo in pomoč za reševalce na treh nivojih. Na prvem nivoju si reševalci lahko pomagajo sami s pomočjo znanja o razumevanju stresa, s tehnikami sproščanja ali pa s socialno mrežo (Lavrič in Štirn, 2016). Nekateri reševalci se na vsako intervencijo podajo z mislijo, da pričakujejo nepričakovano in si v mislih oblikujejo številne možne izide in se s tem poskušajo pripraviti na situacijo na terenu. Zavedajo se, da je pomembno poznati samega sebe, poznati lastne meje in ozavestiti, da ogrožanje lastne varnosti ne bo nikomur v korist. Nekaterim zelo pomaga povezovanje z duhovnim svetom, odkrivanje smisla življenja, gibanje v naravi, joga in branje psiholoških in duhovnih knjig. Samopomoč pri reševalcih pogosto pride tudi v obliki popolnega fokusiranja na nalogo in preprečitve, da bi lastna čustva prevzela kontrolo nad mislimi. Mangolele in Calitz sta v lanskem letu ugotovila, da je samopomoč najpogosteje uporabljena strategija za razvijanje odpornosti. Opirata se na ekološko sistemsko teorijo, ki poudarja posameznikovo povezanost z njegovim okoljem (Mangolele in Calitz, 2025). Eden od razbremenilnih faktorjev je humor, ki pozitivno vpliva na počutje reševalcev, drugi so druženja s prijatelji, kjer lahko prosto govorijo o doživetem in o svojih občutkih. Pogosto se prijateljski krog tesno prepleta s krogom sreševalcev v GRS. To je

potem že druga stopnja pomoči, ki se dogaja formalno in neformalno znotraj organizacije. Pomoč lahko nudijo zaupniki ali pa sodelavci, ki imajo kompetence za nudenje psihološke podpore (Lavrič in Štirn, 2016). Člani GRS potrjujejo, da znotraj organizacije dobijo zadostno podporo. Poleg zaupnikov si med seboj delijo izkušnje, se pogovarjajo, si svetujejo in se usmerjajo. Poskrbijo, da bolj izkušeni pazijo na manj izkušene. Raziskava nakazuje, da GRZS zadosti poskrbi za svoje člane in pomoč na tretji stopnji, ki zajema strokovnjake psihoterapije, psihologije ipd. (Lavrič in Štirn, 2016), praktično ni potrebna. Se pa GRS društva med seboj zelo razlikujejo v sprejemanju in ozaveščanju o dodatni psihološki pomoči. Nekatere postaje aktivno delajo na ozaveščanju po pomembnosti dobrega psihološkega počutja, druge to še vedno prezirajo. To je zaznala tudi Koren v svojem magistrskem delu, kjer so le redki potrdili, da so iskali zunanjo strokovno pomoč in da je iskanje tovrstne pomoči pogosto označeno za šibkost (Koren, 2017).

Močna povezanost znotraj GRS, občutek pripadnosti in medsebojno zaupanje predstavljajo obliko kognitivnega družbenega kapitala, ki igra zaščitno vlogo pri ohranjanju pozitivnega duševnega zdravja po nesrečah (Hall idr., 2023). S tem se potrjuje tudi ustreznost pristopa socialne spužve, saj skupnost GRS deluje kot prostor, kjer se stres in travma lahko absorbirata preko odnosov, pogovorov in solidarnosti (Polič, 2010).

Socialno delo v kriznih razmerah poudarja, da delo temelji na vrednotah socialne pravičnosti, spoštovanja človekovega dostojanstva, opolnomočenja in aktivnega vključevanja uporabnikov v soustvarjanje rešitev (Poštrak, 2018). Rezultati raziskave kažejo, da se te vrednote v GRS delno že uporabljajo v praksi, vendar pogosto brez jasnega strokovnega jezika in sistemske podpore, ki bi jo lahko zagotovilo socialno delo. Gril in Šeme vidita potrebo po iskanju izboljšav na mikro, mezo in makro ravni (Gril in Šeme, 2021).

Na mikroravni bi bilo potrebno aktivno iskati načine za stik z uporabniki (Gril in Šeme, 2021). Ko imamo pred seboj človeka v stiski in pod stresom, je pomembno, da mu znamo prisluhniti in ga aktivno poslušati. Sprejemati moramo tudi sporočila, ki prihajajo iz neverbalne komunikacije in sogovorniku sporočati, da smo tam zanj (Salazar, 2024). Člani GRS so večkrat izpostavili pomen mirne, jasne in empatične komunikacije, ki jo je dobro imeti s ponesrečenci. Zavedajo se, da ponesrečencem veliko pomeni, če si nekdo vzame čas in jim razloži, kaj se dogaja in kaj se bo zgodilo naprej. Kompetence za dober delavni odnos v kriznih razmerah zahtevajo veliko mero inovativnosti in osebnih spretnosti za poslušanje, dobro odločanje, načrtovanje in sodelovanje (Middleman in Wood, 1990). Reševalci običajno pri pristopanju do

ranjencev uporabljajo svojo intuicijo in so izpostavili, da pogrešajo dodatno izobrazbo na temo komunikacije ali s ponesrečencem ali s svojci ponesrečenca. GRS ima dober časovni odziv, organizacija je v večini pogledov brezhibna in delitev nalog običajno poteka nemoteno. Kot že večkrat omenjeno, je potrebno poznati specifične značilnosti in potrebe posameznikov ter skrbeti za spoštovanje in varovanje njihovih pravic (Rode, Zidar, Lamovšek, Škerjanc in Urek, 2010). Sogovornica je izpostavila tudi svoje pomanjkljivo znanje za delo z ljudmi z motnjo v duševnem razvoju, kar bi bila po njenem mnenju tudi smiselna tema izobraževanja, saj hribi pritegnejo vedno več ljudi in je pomembno, da so reševalci celostno pripravljeni na srečanja s ponesrečenci.

Eden izmed sogovornikov je opazil, da intervencije postajajo zgolj rutinske in da so odzivi reševalcev avtomatizirani. Socialno delo je veda, ki ima že v svoji osnovi zapisano sposobnost fleksibilnosti in neprestanega prilagajanja specifikam posameznih intervencij. Delo poteka v nepredvidljivih situacijah, kar strokovnjake prisili h konstantnemu iskanju izvirnih rešitev (Flaker, 2003, str. 22,23). Tudi GRS opravlja delo v skrajno nepredvidljivih okoliščinah in reševalci so izpostavili, da je potrebno vsako intervencijo gledati kot samostojno zgodbo in se z inovativnimi idejami prilagoditi dani situaciji. Reševalci so povedali, da vidijo vlogo socialnega dela tudi v tem, da bi jih poučili o različnih načinih sproščanja in o dihalnih vajah.

Mezoraven se nagiba k aktivaciji krepitve življenjske skupnosti, sodelovanja organizacij in celotnega prebivalstva (Gril in Šeme, 2021). Socialno delo v kriznih razmerah poudarja, da so naloge socialnega dela usmerjene ne le v neposredno prizadete posameznike, temveč tudi v njihove družine in socialne mreže (Gril in Šeme, 2021). Svojci ob izgubi ali ob hudi poškodbi ljubljene osebe lahko doživljajo velike stiske, šok, jezo, obup, občutke krivde, sramu ipd. V tem času so svojci zelo ranljivi in ne smejo ostati spregledana skupina ljudi. Pomemben je odnos ljudi, ki delajo s ponesrečencem in prenos informacij na svojce (Broodeyk in Pretorius, 2015). Čeprav imajo člani GRS s svojci največkrat stik le takrat, ko se ti vrnejo, da se jim zahvalijo za opravljeno delo, se kljub temu zavedajo, da gre za pomemben vidik njihovega poslanstva in da na tem področju še obstaja veliko prostora za izboljšave. Zgodi se tudi, da si svojci želijo obiskati mesto nesreče, kar ima zanje veliko sentimentalno vrednost. Znotraj GRZS nimajo organiziranih postopkov za podporo svojcem, pomoč je le priložnostna. Na tem mestu se odpira vprašanje potrebe po sistematskem vključevanju socialnega dela v organizacijo dela GRZS. Eden izmed reševalcev je izpostavil, da to zna biti problematično predvsem, ker so imeli že nekaj tovrstnih ogledov kraja nesreč in tem ogledom je sledila nova tragedija. Članu

GRS se zdi smiselno, da bi imeli svojci na tovrstne oglede spremstvo GRS, kar bi zagotavljalo večjo varnost na poti.

Motnje v delovnih odnosih so vedno prisotne, znanje za ustrezno ravnanje ob njihovem pojavu pa je lahko ključ do uspešnega dela. Pomembno je, da se motnjo prepozna ter jo na miren način in s sodelovanjem vseh vpletenih razreši. Motnjo lahko razumemo kot oviro, lahko pa nanjo gledamo tudi kot na potencial, ki lahko zraste v nekaj pozitivnega (Čačinovič Vogrinčič, 2010). Reševalci imajo izkušnje s trenji na terenu, bodisi v odnosu reševalec–poškodovanec, kjer imajo poškodovanci pogosto napačna pričakovanja (Tratnik, 2024), bodisi med reševalci samimi. Eden izmed članov GRS je posebej omenil, da bi na postaji potrebovali skupinsko mediacijo, saj so medsebojni odnosi zelo slabi. Socialni delavci so usposobljeni za vodenje skupin in bi lahko pomagali skupnosti izkoristiti takšne priložnosti ter aktivno graditi skupnostno odpornost. Ta vključuje vrednote sodelovanja, zaupanja in komunikacije (Patel, Rogers, Amlot in Rubin, 2017), v svojem bistvu pa pomeni sposobnost skupnosti, da se sooča s krizami in drugimi izrednimi dogodki ter se po preizkušnjah učinkovito ponovno postavi na noge (Hall idr., 2023).

Gril in Šeme pišeta, da bi bilo na makroravni smiselno spodbujati strukturne spremembe in spremembe v socialni politiki (Gril in Šeme, 2021). Člani GRS opravljajo delo, ki okupira njihov družinski čas, prosti čas in tudi čas za službo. V veliko pomoč bi jim bilo, če bi imela GRZS zaposleno osebo, ki bi se borila in urejala pravice humanitarnih delavcev.

Socialno delo v Sloveniji še ni formalno umeščeno v sistem varstva pred naravnimi in drugimi nesrečami (Rode, Zidar, Lamovšek, Škerjanc in Urek, 2010) in posledično je raziskava pokazala, da člani GRS slabo poznajo področje dela socialnega dela in to tudi direktno nakazuje ločenost sistemov nacionalne zaščite in reševanja ter sistema socialnega varstva. Kljub vsemu, pa rezultati kažejo, da obstaja odprtost za sodelovanje, saj reševalci prepoznavajo konkretne potrebe, ki so neposredno povezane s kompetencami socialnega dela.

5. Sklepi

Zapisani sklepi veljajo za rezultate, pridobljene za namen raziskave magistrske naloge in podatki niso posplošljivi.

- Prostovoljstvo v GRS je način življenja.
- Najbolj očiten motivator za delo v GRS je želja po pomoči drugim.
- Ključni motivatorji za vključitev in vztrajanje v delu v GRS so predvsem notranje naravnani. Ti motivatorji so osebne vrednote, občutek družbene odgovornosti, interes za gorništvo, zavedanje lastne kompetentnosti v stresnih in nevarnih situacijah in močne socialne vezi znotraj društva.
- Najpogosteje izpostavljen izziv za člane GRS je časovna obremenitev, saj prostovoljstvo v GRS zahteva veliko vloženega časa za intervencije, vaje, izobraževanja, pripravo opreme in fizično pripravljenost.
- Močna vpetost v aktivnosti GRS pomembno vpliva tudi na družinsko življenje in partnerske odnose, kjer prihaja do občutkov odsotnosti, nesoglasij in občasno tudi zmanjšanega občutka podpore.
- Zaposlitev je predstavlja izziv, če delodajalec ni naklonjen izostankom zaradi aktivnosti v GRS. Posebej ranljiva je skupina reševalcev, ki so samostojni podjetniki in ob intervencijah znotraj delovnega časa ostanejo brez dohodka.
- Narava dela reševalne službe zahteva sprotno obnavljanje znanja in veliko izkušenj, saj zgolj teoretično znanje ni dovolj za suverenost na intervencijah.
- Prva pomoč, soočanje s hudimi poškodbami in krvavi prizori za nekatere reševalce predstavljajo velik psihični izziv.
- Odgovornost je stalna spremljevalka dela reševalcev, še posebej za vodje intervencij in vaj, saj so odgovorni tako za varnost ekipe kot tudi za potek akcije. So tudi pravno odgovorni.
- Med sogovorniki se pojavljajo različne izkušnje glede medosebnih odnosov znotraj GRS društev in v odnosu do GRZS. Nekateri izpostavljajo dobre odnose in sodelovanje, drugi pa težave z nezaupanjem, konflikti in pomanjkljivo komunikacijo.
- Slabi društveni prostori, neustrezne lokacije helikopterskih baz in logistične omejitve predstavljajo dodatne organizacijske izzive.

- Nekatera GRS društva se soočajo s pomanjkanjem podmladka, zlasti v manjših in vaških GRS postajah. Problematična je tudi neformalna izključenost žensk, kar dodatno poglablja kadrovsko stisko.
- Delo GRS je visoko strokovno in varnost reševalcev je na prvem mestu.
- Status gorskega reševalca je neustrezno pravno urejen, še posebej na področju zaposlitve.
- Večina sogovornikov si med intervencijo ne pusti, da bi prišla njihova čustva na plano.
- Člani GRS se psihološke pomoči sogovornikov poslužujejo v redkih primerih, ko je to res potrebno.
- Mestna GRS društva so bolj sprejemajoča in podporna medsebojni psihosocialni pomoči. Vaška društva to hitreje vidijo kot šibkost.
- Med intervencijo je najpomembnejše, da so reševalci zavarovani in mirni.
- Na intervenciji moraš pričakovati nepričakovano.
- GRS skupnost je pomemben vir medsebojne pomoči in podpore, kjer si delijo nasvete in izkušnje.
- Prijatelji in humor sta pomembna faktorja pri predelovanju težkih intervencij.
- Člani GRS vidijo potencialno vlogo socialnega dela v izvajanju mediacije, kar bi lahko vplivalo na izboljšanje medsebojnih odnosov znotraj GRS društev.
- Gorski reševalci imajo pomanjkljivo znanje o socialnih spretnostih, ko pride do komunikacije s ponesrečenci ali s svojci ali z ljudmi, ki imajo motnjo v duševnem razvoju.
- Socialno delo lahko uvede tehnike sproščanja in samopomoči, ki zmanjšujejo psihični stres reševalcev.
- Organizacijska luknja v GRZS je pri delu s svojci, ki si pogosto želijo obiskati kraj nesreče.
- Članom GRS bi prav prišla dodatno zaposlena oseba na GRZS, ki bi urejala pravice humanitarnih delavcev.

6. Predlogi

- Socialno delo lahko ponudi redne, neobvezne pogovore takoj po zahtevnih intervencijah v sodelovanju z zaupniki in s psihologi za normalizacijo iskanja pomoči in zmanjšanje stigmatizacije duševnih stisk. Lahko bi se na CSD-jih strokovnjaki usposobili za tovrstno interventno pomoč.
- CSD-ji ali zavodi za psihološko pomoč in podporo bi lahko organizirali izobraževanja in tečaje komunikacije. Tečaji za reševalce bi vključevali krizno komunikacijo, delo s svojci in ponesrečenci ter delo z osebami z motnjo v duševnem razvoju, da reševalci povečajo svojo kompetentnost za delo na terenu in delu dvignili kvaliteto. Ti tečaji bi bili vključeni v obvezen izobraževalni program vseh članov GRS.
- Socialni delavci iz CSD-jev lahko pomagajo pri mediaciji, organizaciji delavnic timskega dela, vodenja in obvladovanja odgovornosti, kar bi dolgoročno lahko krepilo kolektivno delovanje in varnost na terenu.
- Smiselna bi bila ustanovitev strokovnega organa znotraj GRZS za informiranje in podporo svojcem, koordinacija varnih ogledov krajev nesreč in spremljanje žalovanja, s čimer se razbremenijo lokalne GRS postaje. Organ bi deloval kot vezni člen med svojci in reševalci.
- Študenti fakultete za socialno delo bi lahko v okviru predmeta Socialno delo v izrednih razmerah za člane GRS organizirali delavnice sproščanja, dihalnih vaj in drugih tehnik za ohranjanje notranjega miru v stresnih situacijah.
- Znotraj organizacije GRZS bi lahko uredili delavno mesto za strokovnjaka, ki bi bil sistematična podpora pri usklajevanju prostovoljnega dela v GRS, družinskega življenja in zaposlitve ter zagovornik v odnosu do delodajalcev. Bil bi zagovornik za humanitarne delavce in most med prostovoljci GRS in sistemom, ki ga predpisuje država.
- V prihodnjih raziskavah bi bilo dobro vključiti vsa GRS društva iz celotne Slovenije, saj bi s tem pridobili realnejšo sliko izzivov in potreb ter bi lahko oblikovali še konkretnejše ukrepe za podporo prostovoljcem.

7. Viri

Bauwens, J., & Naturale, A. (2017). The role of social work in the aftermath of disasters and traumatic events. *Clinical Social Work Journal*, 45, 99–101. Pridobljeno 5. 9. 2021 s https://doi.org/10.1007/s10615-017-0623-8

Bragin, M. (2014). Clinical Social Work with Survivors of Disaster and Terrorism: A Social Ecological Approach. V J. B. Brandell, *Essentials of Clinical Social Work*, 2nd ed. (str. 366–401). Pridobljeno 16. 10. 2025 s https://www.researchgate.net/publication/264524619_Clinical_social_work_with_survivors_of_disaster_and_terrorism_A_social_ecological_approach

Breskvar, S. odgovorni urednik, (1912). *Planinski vestnik,* 18(7). Pridobljeno 6. 10. 2025 s https://www.planinskivestnik.com/files/File/PV_1912_07.pdf

Broodryk, M., & Pretorius, C. (2015). Initial experiences of family caregivers of survivors of a traumatic brain injury. *PubMed Central,* 4(1), 11. 8. Pridobljeno 30. 10. 2025 s https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5433476/#s0013

Clary, E. G. (1994). Matching messages to motives in persuasion: A functional approach to promoting volunteerism. *Journal of Applied Social Psychology,* 24(13), 1125–1141.

Čačinovič Vogrinčič, G. (2019). *Vzpostavlanje delavnega odnosa in osebnega stika*. Ljubljana: FSD

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry,* 11(4), 227–268.

Flaker, V. (2001). Prostovoljno delo: delo za druge in zase. *Socialno delo*, 40(6), 305-312

Flaker, V. (2003). *Oris metod socialnega dela*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo

Frkač, J. (1996). Prostovoljno delo. *Socialno delo,* 35(4), 355-340

Furnham, A. (2012). Money as a motivator. *The Talented Manager. Palgrave Macmillan*. Pridobljeno 18. 11. 2025 s https://link.springer.com/chapter/10.1057/9780230369764_41#citeas

GOV.SI (b. d.). *Enakost žensk in moških*. Pridobljeno 21. 1. 2026 s https://www.gov.si/teme/enakost-zensk-in-moskih/

Gril, A. (2005). *Prostovoljstvo je proizvodnja smisla.* Ljubljana: Pedagoški inštitut

Gril, A., & Šeme, M. (2021). Vloga socialnega dela v izrednih razmerah. *Socialno delo*, 60(3), 201-218

GRZS. (b.d.). Pridobljeno 6. 10. 2025 s https://www.grzs.si/o-grzs/predstavitev/

Habjan, V., Malešič, F., Oman, P., Polajnar, D., & Šegula, P. (2012). *Reševanje v gorah: sto let organiziranega gorskega reševanja v Sloveniji.* Kranj: Gorska reševalna zveza Slovenije

Hall, C. E., Wehling, H., Stansfield, J., South J., Brooks, S. K., Greenberg, N., Amlot, R., % Weston, d. (2023). Examining the role of community resilience and social capital on mental health in public health emergency and disaster response: a scoping review. *BMC Public Health,* 23:2482, 12. 12. Pridobljeno 27. 10. 2025 s https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-023-17242-x?utm_source=chatgpt.com#Sec29

International Federation of Social Workers (2014). *Global Definition of Social Work.* Pridobljeno 15. 10. 2025 s https://www.ifsw.org/what-is-social-work/global-definition-of-social-work/

International Labor Organization (2016). *Volunteer work*. Pridobljeno 14. 10. 2025 s https://www.ilo.org/resource/volunteer-work

Kamri, K. A., Ismail, M. M., Fee, L. Y., Ku Samsu, K. H., Md Yunan, N. S., Md Yunus, M.,& Mak Din, H. A. (2025) A Systematic Literature Review on Motivation of Volunteeris. *International Journal of Research and Innovation in Social Science*, 9(3). Pridobljeno 18. 11. 2025 s https://rsisinternational.org/journals/ijriss/articles/a-systematic-literature-review-on-motivation-of-volunteerism/?utm_source=chatgpt.com#ACKNOWLEDGMENT

Koren, N. (2017). *Podpora gorskim reševalcem in reševalkam po intervencijah* (Magistrsko delo). Fakulteta za socialno delo, Ljubljana

Lavrič, A., & Štirn, M. (2016). *Psihosocialna pomoč po nesrečah in drugih kriznih dogodkih: Priročnik za vsakdanjo rabo*. Ljubljana: Uprava RS za zaščito in reševanje. Pridobljeno 20. 10. 2025 s https://www.gov.si/assets/organi-v-sestavi/URSZR/Publikacija/Zgibanke/prirocnik_psihosocialna_pomoc_2016_vsebina_za_tisk.pdf

Levine, P., & Frederick, A. (2015). *Kako prebuditi tigra: Zdravljenje travm.* V.B.Z., Ljubljana

Malešič, F. (2005). *Spomin in opomin gora*. Radovljica: Založba Didakta

Mangolele, L. R., & Calitz T. M. (2025). Exploring the resilience skills and strategies of social workers. *PubMed Central*, 30:2795, 30. 5. Pridobljeno 20. 10. 2025 s https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12135163/#s0003

Mesec, B. (2003). *Prostovoljno delo - metode, ki oblikujejo skupnost in njeno identiteto* (doktorska disertacija). Fakulteta za organizacijske vede, Maribor

Mesec, B. (2007). *Metodologija raziskovanja v socialnem delu II.* Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.

Mesec, B. (2009). *Metodologija raziskovanja v socialnem delu I:* Načrtovanje raziskave. Študijsko gradivo. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo

Mešl, N., & Lekošek, V. (2021). Delovanje centrov za socialno delo v času prvega in drugega vala epidemije covida-19. *Socialno delo*, 60(3), 233-251

Middleman, R. R., & Wood, G. G. (1990). *Skills for Direct Practice in Social Work*. New York: Columbia University Press*Social Workers Play a Critical Role in Disaster Relief and Emergency Preparedness.* (b. d.). nasw. Pridobljeno 17. 10. 2025 s https://www.socialworkers.org/Practice/Social-Workers-Play-a-Critical-Role-in-Disaster-Relief-and-Emergency-Preparedness

Občina Ajdovščina (2025). *Imamo svojo gorsko reševalno postajo Ajdovščina!* Pridobljeno 6. 10. 2025 s https://ajdovscina.si/novice/2025032009132392/

Patel, S. S., Rogers, M. B., Amlot, R., & Rubin, G. J. (2017). What Do We Mean by 'Community Resilience'? A Systematic Literature Review of How It Is Defined in the Literature. *PubMed Central,* 1. 2. Pridobljeno 27. 10. 2025 s https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5693357/#sec8

Perić, M., Hostnik, A., Marinšek, A., Fijavž, T., Vidmajer, A., & Križman, M. (2021). *Prostovoljstvo mladih*: e-učbenik za srednje šole. Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta. Pridobljeno 14. 10. 2025 s https://ebooks.uni-lj.si/ZalozbaUL/catalog/download/310/452/6747

Polič, M. (2010). Od zaznavanja nevarnosti do kriznega upravljanja, str. 139-148. Zorn, M., Komac, B., Pavšek, M., & Pagon, P. *Naravne nesreče 1: Od razumevanja do upravljanja*. Ljubljana, Založba ZRC. Pridobljeno 20. 10. 2025 s https://omp.zrc-sazu.si/zalozba/catalog/view/943/4000/453

Poštrak, M. (2018). Dometi socialno konstruktivističnega modela socialnega dela. *Socialno delo*, 56(2), 133-148

Potluka, O., Švecova, L., Blahova, E., & Diatkova, N. (2025). Do Formal and Informal Volunteering Compete for Engaged Individuals? *International Society for Third-Sector Research*, 15. 8. 2025. Pridobljeno 14. 10. 2025 s https://link.springer.com/article/10.1007/s11266-025-00756-w

Praček, C. (2000). *Vrnite mi moje sinove z gore*. Jesenice: samozaložba (Zbirka Med gorskimi reševalci)

Prva psihološka pomoč (b. d.). *Uprava Republike Slovenije za zaščito in reševanje*. Pridobljeno 20. 10. 2025 s https://www.sos112.si/delovna-podro%C4%8Dja/prva-psiholo%C5%A1ka-pomo%C4%8D

Prytz, E., Norrblom, P., Pilemalm, S., Granberg, T. A., & Jonson, C. O. (2023). What motivates and demotivates emergency response volunteers? A survey-based factor analysis study. *Scandinavian Journal of Trauma, Resuscitation and Emergency Medicine*, 31(38), 12. 8. 2023. Pridobljeno 14. 10. 2025 s https://sjtrem.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13049-023-01101-0?utm_source=chatgpt.com#Sec12

Rode, N., Zidar, R., Lamovšek, V., Škerjanc, J., & Urek, M. (2010). *Socialno delo v primeru naravnih in drugih nesreč.* Pridobljeno 17. 10. 2025 s file:///C:/Users/Martina/Downloads/Socialno%20delo%20v%20primeru%20naravnih%20in%20drugih%20nesre%C4%8D%20(ZRC%202010)%20(1).pdf

Salazar, P. L. (2024).5 Steps to Help Someone in Distress. *Project HOPE*, 9. 30.Pridobljeno 18. 11. 2025 s https://www.projecthope.org/news-stories/story/5-steps-to-help-someone-in-distress/

Slovenska filantropija. (2021). *Neformalno prostovoljstvo: Vodič za prostovoljsko pomoč v času epidemije COVID-19.* Pridobljeno 14. 10. 2025 s

https://www.prostovoljstvo.org/media/images/priloge/Neformalno_prostovoljstvo_VODIC_c ovid.pdf

Slovenska filantropija. (2023). *Nacionalni načrt za razvoj prostovoljstva do leta 2030.* Pridobljeno 14. 10. 2025 s https://www.prostovoljstvo.org/media/Nacionalni_nacrt_za_razvoj_prostovoljstva_do_leta_2 030.pdf

*Smernice za psihološko pomoč in reševalcem - sistem varstva pred naravnimi in drugimi nesrečami (*2012). Ministrstvo za obrambo. Pridobljeno 20. 10. 2025 s https://www.gzl.si/wp-content/uploads/2023/03/01-Smernica-za-psiholosko-pomoc-resevalcem.pdf

Southby, K., South, J., & Bagnall, A. M. (2019). A Rapid Review of Barriers to Volunteering for Potentially Disadvantaged Groups and Implications for Health Inequalities. *Voluntas*, 30, str. 907-920. Pridobljeno 15. 10. 2025 s https://link.springer.com/article/10.1007/s11266-019-00119-2?utm_source=chatgpt.com#Sec2

Starc, G., Kovač, M., Leskovšek, B., Sorić, M., & Jurak, G. (2023). *Poročilo o telesnem in gibalnem razvoju otrok in mladine v šolskem letu 2022/23.* Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za kineziologijo. Pridobljeno 15. 10. 2025 s https://www.slofit.org/Portals/0/Porocilo_2023.pdf

Statut društva Gorska reševalna služba - društvo Ljubljana (16. 4. 2014). Pridobljeno 7. 10. 2025 s https://grs-ljubljana.si/wp-content/uploads/shared-files/01_GRS_statut.pdf

Tratnik, K. (urednica). (2024). [MMC-kast]. RTV Slovenija, MMC-kast: *Gorski reševalec Matjaž Šerkezi o iskanju miru v gorah.* 30. 11. 2024. Pridobljeno 13. 10. 2025 s https://www.rtvslo.si/mmc-kast/gorski-resevalec-matjaz-serkezi-nekdo-gre-dvakrat-v-hribe-pa-bi-bil-ze-gorski-resevalec-ali-vodnik/729058

Zakon o prostovoljstvu (ZProst) (2011). Ur. l. RS št. 10/11, 16/11 – popr. in 82/15

Zakon o varstvu pred naravnimi in drugimi nesrečami (ZVNDN) (1994). Ur. l. RS 51/06

8. Priloge

8.1. Priloga A: Smernice za intervju

1. Kaj vas je motiviralo, da ste se odločili pristopiti k GRS?
2. Kaj vam osebno pomeni članstvo v GRS in skupnost, ki se v njej oblikuje?
3. Katere so po vašem mnenju največje obremenitve ali izzivi prostovoljnega dela v GRS?
4. Kako to delo vpliva na vaše vsakdanje življenje?
5. Kako se soočate s stresom, strahom ali tesnobo med zahtevnimi intervencijami?
6. Kako ukrepate, ko pri sodelavcu opazite znake stiske ali izčrpanosti?
7. Kakšne so vaše izkušnje z usposabljanji v GRS glede pripravljenosti na realne situacije in varnost pri delu?
8. Katere organizacijske pomanjkljivosti ali izzive opažate pri delu GRS?
9. Katere oblike podpore bi po vašem mnenju pomagale zmanjšati stres članov GRS?
10. Kako si predstavljate vlogo in možnosti vključevanja socialnega dela v sistem GRS?

8.2. Priloga B: Kodirne tabele

Tabela A:

ŠTEVILKA IZJAVE	IZJAVA	POJEM	PODKATEGORIJA	KATEGORIJA	TEMA
A1	[…] Za pomagat ljudem. […]	Vključitev v GRS zaradi želje pomagati drugim		Želja pomagati drugim	Motivacija prostovoljcev GRS
A2	[…] Sej tega je zdej že ene 15 let, k sem bil 20 sem začel. […]	V GRS že kar nekaj let		Čas namenjen GRS	Motivacija prostovoljcev GRS
A3	[…] Že prej sem bil pr jamarjih reševalna pa pr gasilcih […]	Aktivno vključevanje v prostovoljne aktivnosti že od mladih let naprej		Prostovoljno delo v intervencijskih službah	Motivacija prostovoljcev GRS
A4	[…] pol se tm ni nč dogajal. […]	Neaktivnost v intervencijah		Želja pomagati drugim	Motivacija prostovoljcev GRS
A5	[…] Sem pa vedu, da k je jeba in se večini tm ustu in neha funkcionirat normaln […]	Večina ljudi ob stresnih situacijah težje reagirajo		Psihološki odziv v zahtevnih okoliščinah	Motivacija prostovoljcev GRS
A6	[…] tm lahko jest čist normaln oz. še bol kt pa prej, funkcioniram. […]	Povišana funkcionalnost v stresnih situacijah		Psihološki odziv v zahtevnih okoliščinah	Motivacija prostovoljcev GRS
A7	[…] Pač pressure mi ful ni tok problem […]	Dobro funkcioniranje pod pritiskom		Psihološki odziv v zahtevnih okoliščinah	Motivacija prostovoljcev GRS
A8	[…] In ja takrat smo se šli še mal ta alpinizem […]	Zanimanje in začetek alpinizma		Rokovanje z zahtevnim gorskim svetom	Motivacija prostovoljcev GRS
A9	[…] sem reku ja nč, bom poslov prijavo ane. […]	Odločitev za prijavo v GRS		Pristop v GRZS	Motivacija prostovoljcev GRS
A10	[…] In ja, že takrt k sm poslou, je blo tko mal čudn […]	V GRS že od začetka ni bilo vse po pričakovanjih	Nedosežena pričakovanja	Pričakovanja	Izzivi v GRS
A11	[…] Vse je blo tko razdrobljen pa so me najprej sam pošiljal od osebe do osebe. […]	Nejasna organizacija za pristop v GRZS	Nedosežena pričakovanja	Pričakovanja	Izzivi v GRS
A12	[…] Pač šu sem tja, k se mi zdi, da če si v nečem dober, d je fajn d to izkoristeš […]	Povišana funkcionalnost v stresnih situacijah		Psihološki odziv v zahtevnih okoliščinah	Motivacija prostovoljcev GRS
A13	[…] sploh če s temu pomagaš še drugim […]	Vključitev v GRS zaradi želje pomagati drugim		Želja pomagati drugim	Motivacija prostovoljcev GRS
A14	[…] Pa pr ns ni pogoj, da si alpinist […]	Nezahtevni pogoji za pristop v GRS		Pristop v GRZS	Motivacija prostovoljcev GRS

A15	[…] se mi zdi, da je lih zato pr ns tud več ljudi hod na intervencije […]	GRS bolj dostopen novim interesantom		Pristop v GRZS	Motivacija prostovoljcev GRS
A16	[…] Vsi skos pravjo, d rabš alpinista, sam un k rd hod v hribe pa pleza, pač njega za vikend ni. […]	Alpinisti veliko časa namenijo plezanju in se redkeje odzivajo na intervencije		Čas namenjen GRS	Motivacija prostovoljcev GRS
A17	[…] Sej nočm posplošvat, […]	Neobsojanje	Nedosežena pričakovanja	Pričakovanja	Izzivi v GRS
A18	[…] sam kar sm porajtou je to, da uni k so alpinisti, unih ni na intervenciji, so pač nekje v hribih in valda ne morjo pridt do časa […]	Alpinisti veliko časa namenijo plezanju in se redkeje odzivajo na intervencije		Čas namenjen GRS	Motivacija prostovoljcev GRS
A19	[…] Mi pa k smo bol tehničarji al kokrtkol, smo pa na dost večih […]	Večja odzivnost ljudi, ki imajo prostočasne aktivnosti v bližini doma		Čas namenjen GRS	Motivacija prostovoljcev GRS
A20	[…] Sej če si na 50% intervencij, si že ogromn, ogromn naredu […]	Intervencij je preveč, da bi se lahko odzval na vse		Čas namenjen GRS	Motivacija prostovoljcev GRS
A21	[…] U resnic sm ful bl mislu, da je to ena povezana skupina ljudi […]	Lokalna GRS skupnost ni povezana	Nedosežena pričakovanja	Pričakovanja	Izzivi v GRS
A22	[…] , ki si kr more na enmu osebnmu nivoju zaupat. […]	Zaupanje je v organizaciji ključnega pomena	Zaupanje	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS
A23	[…] Ker ja, dostkrat nekje skp visiš k je ornk nevarn […]	Skupaj izpostavljeni visokim tveganjem	Zaupanje	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS
A24	[…] Pa žou pr ns ni tuko … […]	Razočaranje	Nedosežena pričakovanja	Pričakovanja	Izzivi v GRS
A25	[…] Ful je bl tko, d je iz mene skoz leta mal egoista naredl, […]	Okoliščine v GRS silijo v egoizem	Negativno spreminjanje	Spreminjanje	Motivacija prostovoljcev GRS
A26	[…] ker jest prej nism bil tok, zdej sm se pa navadu. […]	Egoizem priučen v GRS	Negativno spreminjanje	Spreminjanje	Motivacija prostovoljcev GRS
A27	[…] Ker sm se mogu, ker drgač te tm ljudje požrejo […]	Okoliščine v GRS silijo v egoizem	Negativno spreminjanje	Spreminjanje	Motivacija prostovoljcev GRS
A28	[…] Sm v vas gor zrastu in sem bil navajen d vsak usakmu pomaga ane, […]	Vzgojen v luči medseboje pomoči	Nedosežena pričakovanja	Pričakovanja	Izzivi v GRS

A29	[…] tm so pa ljudje tud taki zraven, d maš občutek, d si prepuščen sam seb. […]	Nezadostna podpora znotraj GRS	Nedosežena pričakovanja	Pričakovanja	Izzivi v GRS
A30	[…] Sploh k sm začenou, pač smo bli čist ekipa zase […]	Težki začetki	Nedosežena pričakovanja	Pričakovanja	Izzivi v GRS
A31	[…] In na začetk GRS poti si ti tlačan, pač povsod morš bit, predstavitve za otroke, vaje, čistilne akcije, vse vse morš bit […]	Razočaranje	Nedosežena pričakovanja	Pričakovanja	Izzivi v GRS
A32	[…] Jest sm pršu tja rešvt folk, ne pa zabijat cajt, k ga že tko ogromn gre. […]	Razočaranje	Nedosežena pričakovanja	Pričakovanja	Izzivi v GRS
A33	[…] Mal smo učasih zašli se mi zdi … […]	Razočaranje	Nedosežena pričakovanja	Pričakovanja	Izzivi v GRS
A34	[…] Ampak klub vsemu temu, smo pa mi res hitr na zbirnmu mestu, smo odzivni. Izvoz je pr ns res hiter. […]	Intervencijski odziv je zelo dober	Dosežena pričakovanja	Pričakovanja	Izzivi v GRS
A35	[…] Ena od stvari je zagotou komunikacija […]	Slaba komunikacija znotraj GRS	Komunikacija	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS
A36	[…] ker se včasih zgodi d pridemo na zbirno mesto pa nm šele tm povejo, d bo itak šu helikopeter. […]	Potrata časa	Komunikacija	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS
A37	[…] To je škoda ane […]	Razočaranje	Nedosežena pričakovanja	Pričakovanja	Izzivi v GRS
A38	[…] … Največji izziv zame je pa zagotov medsebojni odnosi […]	Težki medsebojni odnosi v GRS	Zupanje	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS
A39	[…] Je velik manj problem pospravlat mrtve ljudi po hribih pa te težke poškodbe, kokrt pa ukvarjanje z zabadanjem noža v hrbet znotrej ekipe […]	Težke intervencije praktično lažje kot slabi medsebojni odnosi	Komunikacija	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS
A40	[…] K se res nesramne stvari dogajajo na postaji […]	Težki medsebojni odnosi v GRS	Zaupanje	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS
A41	[…] to je men osebno velik slabij … To je men stresno … […]	Razočaranje	Nedosežena pričakovanja	Pričakovanja	Izzivi v GRS

A42	[…] Je pa tko, na intervencijah pa teh težav ni. Vodja ma glavno besedo in to je to, mamo enga šefa, ker sicer bi se vse skp podrl in je red […]	Na intervencijah ni medosebnih težav	Dosežena pričakovanja	Pričakovanja	Izzivi v GRS
A43	[…] Tm je to ful uredu in smo za intervencije res top […]	Na intervencijah ni medosebnih težav	Dosežena pričakovanja	Pričakovanja	Izzivi v GRS
A44	[…] Sam je pa tok necga jebanja osebnga, d ne d bi sam vse pustu, še tja bi šu enga namlatet. […]	Kritično stanje slabih medsebojnih odnosov	Komunikacija	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS
A45	[…] Res velik daš […]	Delo v GRS terja veliko fizičnega in psihičnega napora	Komunikacija	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS
A46	[…] in te načelnik kliče v soboto zjutrej, d če lahko dežuraš in sevede ne bom reku ne! Sej sm zato kle […]	Predanost vlogi GRS-jevca		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS
A47	[…] sam gre pa cel dan d pol ugotovimo d so že eni drugi. In jest sm bil zato dva dni doma! […]	Slaba komunikacija znotraj GRS	Komunikacija	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS
A48	[…] Mal se mi neumn zdi, jest bi tud rd šu mal v hribe, na drevje al v jamo ane […]	Slaba komunikacija terja nepotrebne proste dni prostovoljcev	Komunikacija	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS
A49	[…] Velik morš dol požret oz. tolerirat ta gorski alpinistični egoizem […]	Nekateri GRS-jevci so naduti	Komunikacija	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS
A50	[…] in to poleg tega, d tm pustiš cel kup enga cajta […]	GRS vzame zelo veliko časa		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS
A51	[…] Pa ja, to je treba, če hočeš folku pomagat … […]	Vključitev v GRS zaradi želje pomagati drugim		Želja pomagati drugim	Motivacija prostovoljcev GRS
A52	[…] Jest ful velik delam prostovoljnega pa ful mal za denar. […]	Več prostovoljnega dela, kot zaslužkarskega		Želja pomagati drugim	Motivacija prostovoljcev GRS
A53	[…] Recimo dons popoldne mamo GRS, neko predavanje in bo šu gladko popoldne, gasilci pa pol cel večer […]	Prostovoljstvo zasede večji del prstega časa		Čas, ki ga terja prstovoljstvo	Izzivi v GRS

A54	[…] Vaj je res velik, sploh k je potrebne velik priprave na vsako vajo al akcijo. Pet dni na tedn pa res ni velik in gre vsak dan praktično za kakšne vaje […]	Prostovoljstvo zasede večji del prstega časa		Čas, ki ga terja prstovoljstvo	Izzivi v GRS
A55	[…] Recimo vikende se pa pol še dostkrat dežura na Brniku, kjer tud praktično nisi plačan […]	Predanost vlogi GRS-jevca		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS
A56	[…] Pilot, tehnik, policaj so vsi na šihtu, doktor je pa za funkcijo plačan […]	Ostale funkcije v reševalni ekipi so plačane	Pravna ureditev	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
A57	[…] to se tud ne ve kok so plačani, pa ni prou, d se od tega ne govori […]	Zakrivanje plačne vsote	Pravna ureditev	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
A58	[…] Naša funkcija se pa izvaja v okviru humanitarne organizacije in kao za to delo ne smemo dobit plačila […]	Ni pošteno, da so nekatere funkcije plačane in druge ne	Pravna ureditev	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
A59	[…] Sam je tko, dons če zazvoni pozivnik, nimam kj za cincat, pač morm it. Sej je velik tega sranja […]	Predanost vlogi GRS-jevca		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS
A60	[…] sam če pa s tem enmu omogočm, d pride nazaj varno domu, se pa tud splača […]	Vključitev v GRS zaradi želje pomagati drugim		Želja pomagati drugim	Motivacija prostovoljcev GRS
A61	[…] Pač skos morš mal na vago dajat minuse pa pluse. […]	Predanost vlogi GRS-jevca		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS
A62	[…] Sam zadnje cajte je kr mal minus v premoči […]	Slaba komunikacija znotraj GRS	Komunikacija	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS
A63	[…] Mene ne mot, d sm 12 ur na dan zastonj na Brniku, sem to naštudirou […]	Sprejemanje vloge GRS-jevca		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS
A64	[…] sem 100% svojga lifa dal v to, da sem ja tok dober d lahko karkol tm rata, d grem in rešm stvar ane. […]	Za reševalno delo ves čas trenira, da bi bil v tem res dober		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS

A65	[…] Ne d tm pol cincam pa rečem d ne morem pa nej en drug. Ker včasih maš tud take situacije … […]	Zavračanje negotovosti in dvomov v nastalih situacijah		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS
A66	[…] Eni so dežurni lih štirikrat na leto samo kaj je to? […]	Za GRS je potrebno ves čas nabirati izkušnje		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS
A67	[…] Jest bi bil rd čimveč in to zato, d bi ratou v temu res dobr […]	Za reševalno delo ves čas trenira, da bi bil v tem res dober		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS
A68	[…] To d v hribih dvakrat na leto vitlaš, pač to ni nč, toj čist premal […]	Za GRS je potrebno ves čas nabirati izkušnje		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS
A69	[…] Pa klele ne moreš bit zbirčen k si enkrat v helikopterju, si pač tm in odgovoren. Pa še to je, da si v resnic odgovoren za celo ekipo, ker če jest kj zaserjem, zaserjem komplet cel helikopter, sebe pa navezo v steni. Ker so prek mene vsi vpeti v steno. In če gre karkol narobe, gremo vsi skp na britof. […]	Odgovornost zase, ostalo reševalno ekipo in za ponesrečence		Odgovornost	Izzivi v GRS
A70	[…] Med intervencijo zame ni nekej stresno […]	Med intervencijo stres ni prisoten		Stres med intervencijo	Psihosocialna pomoč in podpora
A71	[…] No, sej včasih k si na vrh gore, pa tehnik na helikopterju odpre vrata pa vsi potrdijo, da so prpravleni in pol pogledaš dol je 1000m lufta. Valda d si posran, sej un k ni, ni normaln […]	Do neke mere je stres na intervencijah samoumeven		Stres med intervencijo	Psihosocialna pomoč in podpora
A72	[…] Sam ja nimam izbire, treba je kej narest, unga rešt pa konc […]	Stres ne sme biti razlog, da ne opraviš naloge		Stres med intervencijo	Psihosocialna pomoč in podpora
A73	[…] koncev tud skrbet za varnost ekipe. […]	Pritisk ob odgovornosti za varnost ostale ekipe		Odgovornost	Izzivi v GRS
A74	[…] Sej če se men vitla pretrga, dobr […]	Manj stresno je skrbeti le za svojo varnost		Stres med intervencijo	Psihosocialna pomoč in podpora

A75	[…] sam problem je če s tem zaserjem še pet drugih ljudi. To je pa slabo […]	Pritisk ob odgovornosti za varnost ostale ekipe		Odgovornost	Izzivi v GRS
A76	[…] Jest to počnem zato, ker mij v trenutku k je treba, pač vem d je treba in to nardim. […]	Odločno delovanje v ključnem trenutku		Stres med intervencijo	Psihosocialna pomoč in podpora
A77	[…] Že ko se pelemo do ponesrečenca, si v glavi že oblikujem neko sliko […]	Na poti do ponesrečenca se v mislih pripravi na možne izide		Samopomoč	Psihosocialna pomoč in podpora
A78	[…] Grem po tistmu reku, d pričakuj nepričakovano […]	Nikoli ne veš kaj te čaka		Samopomoč	Psihosocialna pomoč in podpora
A79	[…] In to dam vse scenarije čez, pa sevede izkušnje od prej tud velik odtehtajo. […]	Na poti do ponesrečenca se v mislih pripravi na možne izide		Samopomoč	Psihosocialna pomoč in podpora
A80	[…] Morš vedt, d k vse visi, k nimaš nikamor dobr za stopt, to rabš izkušnje, d se znajdeš ane … Pa to so malenkosti, k se jih na vajah pač nauš nauču […]	Zahteven teren predstavlja velika tveganja, ki jih obvladaš šele z vajo		Nevarno delavno okolje	Izzivi v GRS
A81	[…] ker če bi tko vadl, bi se že na vaji vrjetn kakšn ubil. […]	Zahteven teren predstavlja velika tveganja, ki jih obvladaš šele z vajo		Nevarno delavno okolje	Izzivi v GRS
A82	[…] Zaenkrat tko ornk tega še nisem doživu … […]	Še ni bil priča stiski soreševalca		Stiska soreševalca	Psihosocialna pomoč in podpora
A83	[…] Mogoče kdaj komu na faci razbereš, da mu ni ok […]	Mimika izda notranjo grozo reševalcev		Stiska soreševalca	Psihosocialna pomoč in podpora
A84	[…] samo se organiziraš in on nej dela to jest bom to in delo teče dalje […]	Reševanje mora potekati dalje, lahko v reorganizirani obliki		Stiska soreševalca	Psihosocialna pomoč in podpora
A85	[…] Sam folk večinoma je folk, k je že neki dal skos d to počne […]	Večinoma so reševalci izkušeni ljudje		Stiska soreševalca	Psihosocialna pomoč in podpora
A86	[…] Komur pa pač ni do tega, ne hod na take intervencije […]	Komur je delo preveč stresno, ne hodi več na zahtevne akcije		Stiska soreševalca	Psihosocialna pomoč in podpora
A87	[…] Pa sej hvala bogu d si porajtou d to ni zate in se umakneš […]	Dobro poznati lastne meje		Samopšomoč	Psihosocialna pomoč in podpora

A88	[…] Sej če sva dva v helikopterju in vidm d un ni 100% za stensko reševanje, se pač zmenva, d bom šu jest pa bo on recimo medicinski del zrihtou. Sej zato pa smo zdravniki, reševalci letalci, reševalci letalci zdravniki ipd. Pa ja nobenmu ne gre zamert. Naloge so fleksibilne, ni napisan kaj kdo počne, velik se da zemnt. […]	Reševanje mora potekati dalje, lahko v reorganizirani obliki		Stiska soreševalca	Psihosocialna pomoč in podpora
A89	[…] Jest mislm da ne in tud če so izpiti, še zmerej jih večina vn pride lesenih […]	Za dobro delo v GRS so potrebne izkušnje, šola ni dovolj		Izkušenost	Izzivi v GRS
A90	[…] Pač izkušnje kažejo, ker hitr je na intervenciji res strm teren in je vse čist drugač kokrt v šoli. Pa ja velik stvari se naučiš šele s kilometrino. […]	Zahteven teren predstavlja velika tveganja, ki jih obvladaš šele z vajo		Nevarno delavno okolje	Izzivi v GRS
A91	[…] To d si dvakrat na let na štriku, je pač premal d rečeš d znaš … […]	Za dobro delo v GRS so potrebne izkušnje, šola ni dovolj		Izkušenost	Izzivi v GRS
A92	[…] Je pa to plus prostovoljca, da se lahko kdrkol obrnem pa nisem nobenmu nč dolžan. […]	Reševalec ni dolžan tvegati lastnega življenja		Nevarno delavno okolje	Izzivi v GRS
A93	[…] To govorim za te situacije, k bi lahko presodu d je pretvegano. No, sej to se mi na srečo še ni zgodil. […]	Reševalec ni dolžan tvegati lastnega življenja		Nevarno delavno okolje	Izzivi v GRS
A94	[…] Zdej organizacijsko za intervencije je kr poštiman pr ns […]	Organizacija je dobra	Kvaliteta dela	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
A95	[…] Lahko bi še marskej zboljšal in probavamo, sam se ne prime. […]	Konstanten trud za izboljšave	Možnosti za izboljšanje	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
A96	[…] Ja, lahko bi se večkrat nabral in pol skp šli naprej, sploh če je to nek zlomljen gležen. Za infarkt ne rečem […]	Nekatere akcije zahtevajo takojšnji odziv, nekatere dopuščajo prostor za razmislek	Možnosti za izboljšanje	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS

A97	[…] Dostkrat smo se vozil vsak s svojmu avtom pa smo nepotrebno divjal. Lahko bi se sam mal počakal […]	Pogosto bi bil skupen prevoz bolj smiselen	Možnosti za izboljšanje	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
A98	[…] Kar se pa tiče dela na Brniku, je pa tko, helikopter, pilot, tehnik, policaj in doktor so vsak na svojem koncu, pol če je vojska, je spet čist drugač in je vse mal na glavo, sploh k gre za delo s HNMP. Klele še velik fali in je zamudno pa velik razlaganja vsakmu posebej kaj se dogaja […]	Fizična razdalja služb onemogoča jasna in takojšnja navodila za intervencijo vsem reševalcem hkrati	Možnosti za izboljšanje	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
A99	[…] Pa še skos mamo 15min štart helikopterja, sam lahko bi blo pa še hitrej […]	Odziv kljub vsemu zelo hiter	Kvaliteta dela	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
A100	[…] Za glavno pomanjkljivost sem pa tko že povedou. To je ta kao ekipni duh, k sm na začetku upou da bo in me je razočaral […]	GRS si je predstavljal kot bolj povezano družbo	Nedosežena pričakovanja	Pričakovanja	Izzivi v GRS
A101	[…] Res eni so zahrbtni in to res ni ok […]	Težki medsebojni odnosi v GRS	Zaupanje	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS
A102	[…] Za predelavo teh tadivjih stvari mamo zaupnike. To ma sistem za reševanje, naša država. […]	Za hude intervencije imajo GRS-jevci na voljo zaupnike za pogovor		Zaupniki	Psihosocialna pomoč in podpora
A103	[…] Zdej problem pr teh zaupnikih je to, da so večinoma to tisti, k niso nikol bli na teh težkih intervencijah. Nikol ni bil v situaciji, ko je najprej dve uri na polno švicou in je pršu ke in to zavohal. Ker mamo vonj in vid ane. In pol pa še 45min po nemu skakou pa ga oživlov. Večina teh ljudi tega ni nikol doživel, vidl al zavohal, ker tud to	Če zaupnik še ni izkusil težke reševalne akcije, težko razume reševalce, ko predelujejo svoja doživljanja		Izzivi psihosocialne pomoči in podpore	Psihosocialna pomoč in podpora

	je res velk faktor […]				
A104	[…] Ker ti ta vonj ostane še ene 14 dni v nosu. […]	Vonj velik faktor pri reševanju		Nevarno delavno okolje	Izzivi v GRS
A105	[…] Fajn je d se to lahko pogovarjaš z enmu, k to zastop. Pač en doktor al pa mrbit s pilotom, tehnikom in s takimi ljudi. Z enmu xx pa to ne gre tko ane. […]	Lažje je predelovati stvari z ljudmi, ki imajo podobne izkušnje		Zaupniki	Psihosocialna pomoč in podpora
A106	[…] Pa ja, sej so izšolani, sam iz strani tistga k to rab, to ni to, ni tacga efekta […]	Če zaupnik še ni izkusil težke reševalne akcije, težko razume reševalce, ko predelujejo svoja doživljanja		Izzivi psihosocialne pomoči in podpore	Psihosocialna pomoč in podpora
A107	[…] Se pa jest tega sicer še nikol nisem poslužvov […]	Nikoli še ni potreboval pomoči zaupnikov		Zaupniki	Psihosocialna pomoč in podpora
A108	[…] Se mi zdi, d je to zlo odvisn od načina življenja […]	Predelava stresa odvisna od načina življenja		Druge oblike pomoči	Psihosocialna pomoč in podpora
A109	[…] Kok maš pr seb poštiman že v štartu, sej vsak reče d ma, sam noben nima vse […]	V veliko pomoč je spremlanje in poznavanje samega sebe		Samopomoč	Psihosocialna pomoč in podpora
A110	[…] Fajn je, d maš čimbl […]	V veliko pomoč je spremlanje in poznavanje samega sebe		Samopomoč	Psihosocialna pomoč in podpora
A111	[…] Pa če maš že tko stresen življenje, d maš familijo, otroke, šiht ipd. je velik teži predelvt že te osnovne težave, kva šele k prideš do tega tahudga dela […]	Stres v privatnem življenju vpliva na delo v GRS		Samopomoč	Psihosocialna pomoč in podpora

A112	[…] Pa jest k nimam tok teh stvari, sem se odloču d nam imel otrok […]	Odpovedal se je družini, da se je lahko bolj posvetil svojemu poslanstvu v GRS		Samopomoč	Psihosocialna pomoč in podpora
A113	[…] Recimo men joga ful pomaga […]	Joga zmanjšuje stres		Druge oblike pomoči	Psihosocialna pomoč in podpora
A114	[…] Pa fajn je, d kdaj kakšno knjigo prebereš, tako od kerga človeka, k je kje bil pa je kej vidu […]	Branje dobrih in koristnih knjig		Druge oblike pomoči	Psihosocialna pomoč in podpora
A115	[…] Drgač pa več k to vidš, laži je […]	Z izkušnjami se stres zmanjšuje		Samopomoč	Psihosocialna pomoč in podpora
A116	[…] Tud laži prideš do ugotovitve, kaj ma življenje smisel ane. Tist, k je velikrat v stiku s smrtjo so mu hitrej jasni življenjski cilji […]	Ko vidiš smrt, se bolj zavedaš, kaj ima smisel v življenju		Samopomoč	Psihosocialna pomoč in podpora
A117	[…] To ti ful da […]	Imeti življenjski smisel je privilegij	Pozitivno spreminjanje	Spreminjanje	Motivacija prostovoljcev GRS
A118	[…] Maš znotrej GRS če bi rabu dost ljudi za debato […]	V GRS je dovolj članov, ki so se pripravljeni pogovarjati		GRS skupnost	Psihosocialna pomoč in podpora
A119	[…] So pa enkrat mel prou predavanje na GRS, da ne smemo stvari okol govort […]	GRZS prepoveduje razlaganje o reševalnih akcijah zunanjim ljudem	Možnost za izboljšanje	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
A120	[…] men se to zdi čist narobe […]	Nestrinjanje z GRZS	Možnost za izboljšanje	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
A121	[…] Pa sej ne bom razlagou, kako je unmu glava manjkala, ampak k sem med svojimi ljudmi, morm to iz sebe dt […]	Stvari moraš dati ven iz sebe ljudem, ki te poznajo in jim zaupaš		Prijatelji	Psihosocialna pomoč in podpora
A122	[…] Res ne smeš v seb držat. Morš predelat v seb […]	Stvari ne smeš zadrževati v sebi		Samopomoč	Psihosocialna pomoč in podpora
A123	[…] nujno vn dat, ker drgač samo mlinčkaš. Morš se pogovarjat s svojo družbo, […]	Stvari moraš dati ven iz sebe ljudem, ki te poznajo in jim zaupaš		Prijatelji	Psihosocialna pomoč in podpora
A124	[…] ker lahko s prjatlm dost več vn daš kokrt z enmu k mu ne zaupaš, ker ga pač ne poznaš. […]	Stvari moraš dati ven iz sebe ljudem, ki te poznajo in jim zaupaš		Prijatelji	Psihosocialna pomoč in podpora

A125	[…] Ja najprej bi vse te ljudi, k se ne znajo zgovarjat, nekam dol posedu […]	GRS bi potrebovala iskren skupinski pogovor s strokovnjakom		Pogovor	Priložnosti za vključitev socialnega dela
A126	[…] No, sej men tud hiter živc poč […]	Zavedanje o lastnih šibkih točkah		Samorefleksija	Priložnosti za vključitev socialnega dela
A127	[…] počas prideš iz verbalne komunikacije na to, d jo bo en fasou […]	Kritično stanje slabih medsebojnih odnosov	Komunikacija	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS
A128	[…] Te osnove komunikacije, mediacijo bi rabil. Za te medsebojne odnose […]	GRS bi potrebovala iskren skupinski pogovor s strokovnjakom		Pogovor	Priložnosti za vključitev socialnega dela
A129	[…] Vrjetn bi komu tud prou pršlo kej več o duhovnosti […]	Duhovni svet pozitivno vpliva na stres	Duhovnost	Različni načini sproščanja	Priložnosti za vključitev socialnega dela
A130	[…] Jest se dost tud s tem ukvarjam in bi bil dost bl v kurcu, če se ne bi […]	Duhovni svet pozitivno vpliva na njegov stres		Samopomoč	Psihosocialna pomoč in podpora
A131	[…] Mogoče bi to tud rabl folku predstavt, ne samo, da nam dajo zaupnike in ne se z drugimi o temu pogovarjat […]	Duhovni svet pozitivno vpliva na stres	Duhovnost	Različni načini sproščanja	Priložnosti za vključitev socialnega dela
A132	[…] Boh ne dej, d bi kdo reku, pejt vn se zluftat […]	Fizični napor zmanjšuje stres	Fizični napor	Različni načini sproščanja	Priložnosti za vključitev socialnega dela
A133	[…] pa te raznorazne oblike dihanja in tega je še polhn […]	Dobra oblika sproščanja so tudi dihalne vaje in podobno	Dihalne vaje	Različni načini sproščanja	Priložnosti za vključitev socialnega dela
A134	[…] Sam nm niso nč od tega predstavl, ker smo zadrti pa kmečki narod, ka kao tkole je in karkol drujga ni dobr. Nimamo tok odprte glave v našmu GRS […]	Lokalna GRS ni preveč odprta za novosti	Možnost za izboljšanje	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
A135	[…] D bi vsak mal pr seb najprej rešu svoje stvari in pol se lahko šele problemi v GRS lahko rešujejo ane […]	Najprej je potrebno imeti pri sebi stvari na pravem mestu, šele nato se lahko rešujejo problemi v skupini		Samorefleksija	Priložnosti za vključitev socialnega dela
A136	[…] Ker ja, sicer se ti stvari nalagajo in pol sam vn butne […]	Vsa potlačena čustva nekoč pridejo na plano	Komunikacija	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS

A137	[…] sevede nastane konflikt. In ja, pol en kreten unič dan še ostalim 30, k jih ma okol sebe. […]	Posameznik lahko negativno vpliva na ostalo skupino	Komunikacija	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS
A138	[…] Jah, to pa mogoče lih to, da če grejo svojci pogledat, kje sej to zgodil, d majo GRS-jevca sabo, ker so nesreče na teh ogledih kr pogoste […]	Pogosto se svojci na ogledu kraja nesreče ponesrečijo		Obisk kraja nesreče	Priložnosti za vključitev socialnega dela
A139	[…] Sam ja, to je lahko ful odrešitev za marsikoga […]	Obisk kraja nesreče svojcem veliko pomeni		Obisk kraja nesreče	Priložnosti za vključitev socialnega dela
A140	[…] Sam to ni nč organiziran ane […]	Ni organa, kamor bi se svojci lahko obrnili z željo po obisku kraja nesreče		Obisk kraja nesreče	Priložnosti za vključitev socialnega dela
A141	[…] Je pa še ena stvar, jest večino akcij snemam in potem pogledam za nazaj, kaj smo delal, kaj smo mogoče nardil narobe, kako se izboljšat […]	Snemanje nesreč z namenom izboljšanja reševanja	Možnost za izboljšanje	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
A142	[…] In to me večina totalno kritizira in jim to ni uredu […]	Večini ljudi snemanje akcij ni po godu	Zaupanje	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS
A143	[…] Pa bi se lahko vsi iz tega ogromn naučil […]	Iz video posnetkov se lahko veliko naučimo	Možnost za izboljšanje	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
A144	[…] Sej najbl so glasni tisti, k sploh ne vejo za kaj točn se gre […]	Pametni so pogosto tisti, ki jih sicer nikjer ni	Komunikacija	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS
A145	[…] Sej je neki govora, da se bo počas na helikopter dal kamero in se bo vidl, kaj se je dogajal […]	Iz video posnetkov se lahko veliko naučimo	Možnost za izboljšanje	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
A146	[…] Ker pri policajih je to že praksa pa še pr kom […]	Iz video posnetkov se lahko veliko naučimo	Možnost za izboljšanje	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS

Tabela B:

ŠTEVILKA IZJAVE	**IZJAVA**	**POJEM**	**PODKATEGORIJA**	**KATEGORIJA**	**TEMA**
B1	[…] Zagotovo je bilo prvo to, da imam sam veliko veselje do hribov. Že od malih nog sem ga imel. […]	Ljubezen do hribov obstaja že od mladih nog		Ljubezen do gora	Motivacija prostovoljcev GRS

B2	[…] Drugo pa je to, da sem želel prostovolno pomagati še drugim planincem […]	Vključitev v GRS zaradi želje pomagati drugim		Želja pomagati drugim	Motivacija prostovoljcev GRS
B3	[…] ker dons res ne veš kakšne vse ljudi najdš po hribih. Pa presnet hitr se zgodi, d rabjo pomoč … […]	Hribi vse bolj dosegljivi širokemu spektru ljudi		Želja pomagati drugim	Motivacija prostovoljcev GRS
B4	[…] Meni to kar dosti pomeni, predvsem zaradi družbe […]	GRS je stična točka s prijatelji		Družba	Motivacija prostovoljcev GRS
B5	[…] Pa tud doktorji te potem mal drugače spoštujejo […]	Zdravniki so bolj pozorni, ko nekdo reče, da GRS		Druge bonitete	Motivacija prostovoljcev GRS
B6	[…] Pa sevede so potem še raznorazni popusti pri nakupu opreme in popusti pri nočitvah in temu podobne zadeve. […]	GRS omogoča različne vrste ugodnosti		Druge bonitete	Motivacija prostovoljcev GRS
B7	[…] Zame osebno je bila to služba. Je bilo kar dosti situacij, ko zaradi službe nisem mogel ne na akcije in ne na izobraževanja […]	Služba se pogosto križa z GRS aktivnostmi		Čas namenjen GRS	Motivacija prostovoljcev GRS
B8	[…] Veliko časa ti gre v to prostovoljno delo, sam nimaš kej terja svoj davek takšno delo […]	Prostovoljstvo zasede večji del prstega časa		Čas, ki ga terja prstovoljstvo	Izzivi v GRS
B9	[…] sam služba je pa tudi pomembna. […]	Službe ne smeš zanemariti		Čas, ki ga terja prstovoljstvo	Izzivi v GRS
B10	[…] Na moje vsakdanje življenje to nič ne vpliva […]	Delo v GRS nima vidnega vpliva na vsakdanje življenje		Prostovoljno delo v intervencijskih službah	Motivacija prostovoljcev GRS
B11	[…] Sedaj sem že v penziji in nisem več na težjih akcijah. Kakšna spremstva ali iskanje, to še grem. […]	V starejših letih se ne podaja več na zahtevne reševalne akcije		Čas namenjen GRS	Motivacija prostovoljcev GRS
B12	[…] Je to zame način življenja in je direktno vpeto v moj vsakdan če tko pride. […]	GRS je način življenja		Čas namenjen GRS	Motivacija prostovoljcev GRS
B13	[…] Sedej tud med zahtevnimi in težkimi akcijami nisem praktično nič pod stresom, niti me ni strah, tesnobe pa tud ni […]	Med intervencijo stres ni prisoten		Stes med intervencijo	Psihosocialna pomoč in podpora
B14	[…] S tem sem imel opravka bolj v mladih letih, ker še nisem imel dovol izkušenj pa znanja […]	Reševanja so bila stresna zaradi pomanjkanja izkušenj		Stes med intervencijo	Psihosocialna pomoč in podpora
B15	[…] Z leti se je pa vse to nabral in zdej nimam nobenih problemov […]	Z izkušnjami se je stres zmanjšal		Stes med intervencijo	Psihosocialna pomoč in podpora
B16	[…] Pomagam mu kokrt v trenutku vem in znam … Po najboljših močeh in znanjem […]	Nudi pomoč po najboljših močeh		Stiska soreševalca	Psihosocialna pomoč in podpora
B17	[…] Se pa sevede takoj povežem tud v govor z zdavnikom, k tud bolje ve kako naprej. […]	Situacijo poveže z zdravnikom, ki da navodila za nadaljevanje		Stiska soreševalca	Psihosocialna pomoč in podpora

B18	[…] Varnostni nivo in kvaliteta znanja je v GRS visoka, ker moreš bit usposobljen tud za težke intervencije, ki zahtevajo res ogromno znanja in veščin […]	GRS opravlja kvalitetno delo	Kvaliteta dela	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
B19	[…] To se dobi mejhn del na začetku GRS poti […]	Za dobro delo v GRS so potrebne izkušnje, šola ni dovolj		Izkušenost	Izzivi v GRS
B20	[…] gotovost pa zanesljivost pa prideta z izkušnjami. Brez izkušenj je brezveze, ne znaš to še nč … […]	Za dobro delo v GRS so potrebne izkušnje, šola ni dovolj		Izkušenost	Izzivi v GRS
B21	[…] Največja pomanjkljivost, ki jo opažam, je neznanje … […]	Člani GRS morajo ves čas znati potrebna znanja		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS
B22	[…] Preprosto če se redno ne udeležiš letne in zimske vaje, nisi na tekočem in nisi usposobljen […]	Za GRS je potrebno ves čas nabirati izkušnje		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS
B23	[…] Pa tud vaje za izobraževanje iz prve pomoči je nujno, ker sicer nisi zadosti usposobljen za to delo […]	Znanje prve pomoči je obvezno		Prva pomoč	Izzivi v GRS
B24	[…] To pa je nujno znanje za reševalno službo. […]	Znanje prve pomoči je obvezno		Prva pomoč	Izzivi v GRS
B25	[…] Zdej ena moja pomanklivost, in s tem drugi nimajo težav, je ta, da jest ne znam angleško in se ne morem zment kej dost s tujci […]	Ne zna angleško in posledično teško komunicira s tujci, ki potrebujejo pomoč		Jezik	Izzivi v GRS
B26	[…] To če bi bil mlajši, bi se kej izobrazu, zdej je že prepozno […]	V svojih letih se ne bo učil angleščine		Jezik	Izzivi v GRS
B27	[…] Se mladina to zmeni […]	S tujci komunicirajo tisti, ki znajo angleško	Dosežena pričakovanja	Pričakovanja	Izzivi v GRS
B28	[…] Tega ne poznam kaj dosti … […]	Nepoznavanje področja pomoči in podpore		Izzivi psihosocialne pomoči in podpore	Psihosocialna pomoč in podpora
B29	[…] Če bi rabu, GRS zrihta, ampak nikol nisem rabu […]	GRZS poskrbi za potrebe svojih članov, če ti potrebujejo pomoč		GRS skupnost	Psihosocialna pomoč in podpora
B30	[…] Največja pomoč pri zmanjševanju stresa članov je pomoje to, da poiščeš psihologa […]	Psihologi znajo pomagati za notranje stiske		Strokovna pomoč	Psihosocialna pomoč in podpora
B31	[…] Moji psihologi so pač kolegi, s kerimi gremo skupej na pir. […]	Sproščena druženja s prijatelji ob pijači odpirajo prostor za razbremenilen pogovor		Prijatelji	Psihosocialna pomoč in podpora
B32	[…] Na to ti pa ne znam odgovort. Niti ne poznam dosti socialnega dela […]	Ni znanja o mestu socialnega dela znotraj GRZS		Brez priložnosti	Priložnosti za vključitev socialnega dela
B33	[…] Vrjetno bi tud znal pomagat pri predelovanju tahudih intervencij … […]	Socialni delavci so najberž usposobljeni za predelavo težjih intervencij		Pogovor	Priložnosti za vključitev socialnega dela

B34	[…] Ne znam drujga povedat … […]	Ni znanja o mestu socialnega dela znotraj GRZS		Brez priložnosti	Priložnosti za vključitev socialnega dela
B35	[…] Pr ns GRS dobr laufa in nisem zaznal kake nuje po čem dodatnem. […]	Ni znanja o mestu socialnega dela znotraj GRZS		Brez priložnosti	Priložnosti za vključitev socialnega dela

Tabela C:

ŠTEVILKA IZJAVE	IZJAVA	POJEM	PODKATEGORIJA	KATEGORIJA	TEMA
C1	[…] Že od malih nog naprej smo z družino vpeti v življenje v gorah […]	Že od malih nog z družino zahajali v hribe		GRS-jevci v družini	Motivacija prostovoljcev GRS
C2	[…] Dost zgodej sem začel tud že plezat […]	V maldih letih začel s plezanjem		Plezanje	Motivacija prostovoljcev GRS
C3	[…] in pri 15 sem se začel ukvarjati tudi z alpinizmom. […]	Zanimanje in začetek alpinizma		Rokovanje z zahtevnim gorskim svetom	Motivacija prostovoljcev GRS
C4	[…] Eden glavnih razlogov za pristop je sevede tud to, da smo gorski reševalci v družini. Bil je že moj pranono, nono in oče […]	Gorski reševalci segajo že tri rodove nazaj v družini		GRS-jevci v družini	Motivacija prostovoljcev GRS
C5	[…] Sevede jest to nadaljujem. […]	Nadaljevanje družinske tradicije		GRS-jevci v družini	Motivacija prostovoljcev GRS
C6	[…] Zame je GRS način življenja […]	GRS je način življenja		Čas namenjen GRS	Motivacija prostovoljcev GRS
C7	[…] Delo jemljem kot povračilo družbi, da nardim, dodam nekej dobrega in s temu vrnem vsesplošni skupnosti. […]	Delo v GRS kot povračilo družbi		Želja pomagati drugim	Motivacija prostovoljcev GRS
C8	[…] Največji izziv jest vidm v usklajevanju zasebnega življenja, šihta in prostovoljstva […]	Težko usklajevanje življenja družine, službe in GRS		Čas, ki ga terja prostovoljstvo	Izziv v GRS
C9	[…] Res je ta modern čas, ko vsi hitimo in mamo polno vsega. […]	Težko usklajevanje življenja družine, službe in GRS		Čas, ki ga terja prostovoljstvo	Izziv v GRS
C10	[…] Delat mormo vsi, da preživimo […]	Denar rabiš, da preživiš, denar dobiš v službi		Čas, ki ga terja prstovoljstvo	Izzivi v GRS
C11	[…] Reševalne akcije pa tud vzamejo velik časa, ki je sicer namenjen šihtu al pa sevede družini. […]	Akcije jemljejo čas v službi ali čas z družino		Čas, ki ga terja prostovoljstvo	Izziv v GRS
C12	[…] Res je kr zajetn del odrekanja stvarem, ki bi jih še	Prostovoljstvo zasede večji del prstega časa		Čas, ki ga terja prstovoljstvo	Izzivi v GRS

	rad počel oz. sprobal v življenju […]				
C13	[…] Večkrat pride tud do nesoglasij na delavnem mestu […]	Delodajalci niso vedno zadovoljni z odsotnostjo GRS-jevcev		Služba	Izzivi v GRS
C14	[…] in sevede nesoglasja doma […]	Družini ni prav, da je oče toliko odsoten zaradi GRS		Družina	Izzivi v GRS
C15	[…] ker družina fejst čut mojo odsotnost. […]	Družina trpi zaradi očetove odsotnosti		Družina	Izzivi v GRS
C16	[…] Po intervencijah k so ble res zahtevne, si pomagam s humorjem […]	Humor na zahtevnih intervencijah pozitivno vpliva na počutje reševalcev		Humor	Psihosocialna pomoč in podpora
C17	[…] Se mi zdi to kr dober način, k ns zna spravt v boljšo voljo […]	Humor na zahtevnih intervencijah pozitivno vpliva na počutje reševalcev		Humor	Psihosocialna pomoč in podpora
C18	[…] Med samimi intervencijami pa preprosto ne spustim čustev bliz […]	Med intervencijo ne pusti čustev blizu		Samopomoč	Psihosocialna pomoč in podpora
C19	[…] jih poskušam ne upletat in ostat fokusrian na moji nalogi […]	Fokus je na nalogi in ne na čustvih		Samopomoč	Psihosocialna pomoč in podpora
C20	[…] Pr našem delu je varnost vedno na prvem mestu […]	Varnost reševalcev		Odgovornost	Izzivi v GRS
C21	[…] In tud v situacijah, ko pri drugih reševalcih zaznam neko stisko al izčrpanost, mi je prva stvar to, da ga je treba umirit […]	Najpomembneje je umiriti soreševalca v stiski		Stiska soreševalca	Psihosocialna pomoč in podpora
C22	[…] in sevede zavarvt […]	Potrebno poskrbeti za soreševalčevo varnost		Stiska soreševalca	Psihosocialna pomoč in podpora
C23	[…] Tok, d ma dotični varno mesto, kjer se lahko mal zbrihta […]	Potrebno poskrbeti za soreševalčevo varnost		Stiska soreševalca	Psihosocialna pomoč in podpora
C24	[…] Usposabljanja za nove člane GRS so res na nivoju […]	GRS opravlja kvalitetno delo	Kvaliteta dela	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
C25	[…] je tud proces d postaneš reševalc, dolg in izčrpen […]	Reševalec ima dobro in natančno pripravništvo	Kvaliteta dela	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
C26	[…] Je pa itak težko prpravt reševalce na realne scenarije, k se pol v gorah dogajajo. Tm je teren res lahko nevaren […]	Za dobro delo v GRS so potrebne izkušnje, šola ni dovolj		Izkušenost	Izzivi v GRS

C27	[…] tud čist vsaka akcija, vsak reševanje, je cela zgodba zase […]	Nobena akcija ni identična drugi, vsaka je zgodba zase		Individualni pristop	Priložnosti za vključitev socialnega dela
C28	[…] Glavna stvar se mi zdi ta, da nimamo urejen glede statusa gorskega reševalca […]	Status gorskega reševalca ni ustrezno pravno urejen	Pravna ureditev	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
C29	[…] Nič kej dost nismo zavarovani pred delodajalci in ni tko simpel zapustit delavno mesto kdrkol bi rabl […]	Delavec gorski reševalec pri delodajalcu ni ustrezno zavarovan	Pravna ureditev	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
C30	[…] Fino bi blo, da bi se neka refundacija plačevala delodajalcu za izpad dela […]	Pravna ureditev tudi do delodajalcev ni ustrezno urejena	Pravna ureditev	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
C31	[…] in da bi imel dneve, ko mamo usposablanja tud imel priznane v službi […]	Delavec gorski reševalec pri delodajalcu ni ustrezno zavarovan	Pravna ureditev	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
C32	[…] Ker trenutno to zgleda tako, da za vsako usposabljanje vzameš dopust … […]	Za GRS koristijo dneve namenjene dopustu	Pravna ureditev	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
C33	[…] Trenutno mamo že zaupnike, osebne zaupnike, k so nam na voljo za pogovor […]	Zaupniki so ves čas na razpolago za pogovor		Zaupniki	Psihosocialna pomoč in podpora
C34	[…] Če bi rabil še kej več, se pa da zrihtat tud psihologa, psihiatra ipd. […]	GRZS poskrbi za potrebe svojih članov, če ti potrebujejo pomoč		GRS skupnost	Psihosocialna pomoč in podpora
C35	[…] Nekak se mi ne zdi narobe, da bi imel nekoga, ki bi urejal pravice humanitarnih delavcev […]	GRZS-ju bi prav prišla oseba, ki bi urejala pravice humanitarnih delavcev		Pravice humanitarnih delavcev	Priložnosti za vključitev socialnega dela
C36	[…] Ker ni nekej dober pr ns zaenkrat to urejen […]	Pravice humanitarnih delavcev niso dobro urejene		Pravice humanitarnih delavcev	Priložnosti za vključitev socialnega dela
C37	[…] in če bi imel človeka, k bi to rihtou, bi blo vretn tud dost laži … […]	GRZS-ju bi prav prišla oseba, ki bi urejala pravice humanitarnih delavcev		Pravice humanitarnih delavcev	Priložnosti za vključitev socialnega dela

Tabela D:

ŠTEVILKA IZJAVE	**IZJAVA**	**POJEM**	**PODKATEGORIJA**	**KATEGORIJA**	**TEMA**

D1	[…] Najbl tak očiten razlog je pač to, da že celo življenje zahajam v hribe […]	Ljubezen do hribov obstaja že od mladih nog		Ljubezen do gora	Motivacija prostovoljcev GRS
D2	[…] Pridobiš neko znanje […]	Hribi niso preprosti		Ljubezen do gora	Motivacija prostovoljcev GRS
D3	[…] hkrati si tud bl izpostavljen, da boš mogoče tud sam kdaj rabu pomoč […]	Če hodiš v hribe, obstaja možnost, da boš nekoč potreboval pomoč GRS		Lastna ranljivost	Motivacija prostovoljcev GRS
D4	[…] Če že maš neko znanje, k si ga pridobil z leti in z izkušnjami, zakaj ne bi pol tega znanja dal nazaj nekomu drugmu […]	Dobro uporabiti svoje znanje		Želja pomagati drugim	Motivacija prostovoljcev GRS
D5	[…] Ker ta drugi se lahko znajde v situaciji, k si to lahko ti in rabš pomoč […]	Če hodiš v hribe, obstaja možnost, da boš nekoč potreboval pomoč GRS		Lastna ranljivost	Motivacija prostovoljcev GRS
D6	[…] Pa mogoče je drugi razlog tud to, da je težko bit dons v svetu koristn kot posameznik […]	En človek težko naredi nekaj dobrega za širok krog ljudi		Prostovoljno delo v intervencijskih službah	Motivacija prostovoljcev GRS
D7	[…] Ker recimo moj glas na volitvah ne šteje neki velik […]	Posamezni glas na volitvah ima zelo omejeno vrednost		Prostovoljno delo v intervencijskih službah	Motivacija prostovoljcev GRS
D8	[…] se mi zdi lažje, da si aktiven v nekem lokalnem okolju. In tm pol daš neki od sebe. […]	Koristnost je lažje najti znotraj lokalnih okolij		Prostovoljno delo v intervencijskih službah	Motivacija prostovoljcev GRS
D9	[…] Zdej lahko maš čebele pa delaš med al si krvodajalec al neki tacga al pa si pr GRS, al gasilci, karkol […]	Koristnost je lažje najti znotraj lokalnih okolij		Prostovoljno delo v intervencijskih službah	Motivacija prostovoljcev GRS
D10	[…] In v lokalnem okolju probaš delat svet lepši. […]	Koristnost je lažje najti znotraj lokalnih okolij		Prostovoljno delo v intervencijskih službah	Motivacija prostovoljcev GRS
D11	[…] Tko ena taka fajn družba je […]	GRS je stična točka s prijatelji		Družba	Motivacija prostovoljcev GRS
D12	[…] k mamo skupne interese […]	Prijatelji si delijo hobije in pogled na svet		Družba	Motivacija prostovoljcev GRS
D13	[…] Pa se mi zdi, da mamo tud vrednote dost skupne, kar pomen, da se dobr zastopmo […]	Prijatelji si delijo hobije in pogled na svet		Družba	Motivacija prostovoljcev GRS
D14	[…] Kokrt ena taka velika familija se mi zdi […]	GRS kot druga družina		Družba	Motivacija prostovoljcev GRS
D15	[…] Je pa itak s pogojem da si alpinist, se kr zoža izbor, kdo pride v to skupnost […]	Zahtevni pogoji za pristop v v GRS		Pristop v GRZS	Motivacija prostovoljcev GRS
D16	[…] Največji izziv je ta časovni smisel ane […]	Prostovoljstvo zasede večji del prstega časa		Čas, ki ga terja prstovoljstvo	Izzivi v GRS
D17	[…] Laično ljudje mislijo, da takrt k je	GRS je aktiven le med intervencijami	Nedosežena pričakovanja	Pričakovanja	Izzivi v GRS

	akcija si pač prisoten, drgač pa ne […]				
D18	[…] V resnici pa je ful enih sestankov, izobraževanja in tud neke politike konc koncev […]	GRS vzame zelo veliko časa		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS
D19	[…] Predvsem vaje in je časovno zahtevno […]	GRS vzame zelo veliko časa		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS
D20	[…] Sej recimo jest nimam družine, večinoma jo pa majo in je težko to kombinirat vse med sabo […]	GRS vzame zelo veliko časa, ki bi bil sicer namenjen družini		Družina	Izzivi v GRS
D21	[…] Izziv je bit skos prisoten […]	GRS vzame zelo veliko časa		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS
D22	[…] Smo pa prostovoljno tm, noben na prisilo […]	Kljub vsemu gre za prostovoljno delo		Pristop v GRZS	Motivacija prostovoljcev GRS
D23	[…] če le utegneš, pač greš na akcijo k zazvoni pozivnik […]	Predanost vlogi GRS-jevca		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS
D24	[…] Sej če si v službi, hribih al tri ure preč, pač ne greš […]	Če nimaš pogojev, se na intervencijo ne odzoveš		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS
D25	[…] Izvoz mamo recimo v nekak 12 do 14 minutah in smo res hitri […]	Intervencijski odziv je zelo dober	Dosežena pričakovanja	Pričakovanja	Izzivi v GRS
D26	[…] sploh glede na to, da smo prostovoljci […]	Predanost vlogi GRS-jevca		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS
D27	[…] Velik časa gre, sam ne jamram zdej čez to […]	GRS vzame zelo veliko časa		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS
D28	[…] Sej mi je v veselje, rd to delam […]	Ljubezen do dela v GRS		Želja pomagati drugim	Motivacija prostovoljcev GRS
D29	[…] Nimam nobenga momenta, k bi si mislu, fak jutr mamo spet GRS … Ni nobenga negatvnga faktorja no […]	Ljubezen do dela v GRS		Želja pomagati drugim	Motivacija prostovoljcev GRS
D30	[…] Se mi je pa tud družba prilagodila temu […]	Pridobil nove prijatelje	Pozitivno spreminjanje	Spreminjanje	Motivacija prostovoljcev GRS
D31	[…] maš pol tm svojo skupinco ljudi, k skupej smučaš, tečeš, kolesarš ipd. Tisti, k so ti interesno najbliži […]	Druženje ob aktivnostih tudi izven GRS aktivnosti		Družba	Motivacija prostovoljcev GRS
D32	[…] sem dobil par novih ljudi za trenirat pa preživljat prosti čas.[…]	Pridobil nove prijatelje	Pozitivno spreminjanje	Spreminjanje	Motivacija prostovoljcev GRS
D33	[…] Prou d bi blo tm neko iznakaženo truplo, s tem se še nisem soočal. […]	Ni se še srečal s težjimi intervencijami		Izkušenost	Izzivi v GRS
D34	[…] So ble pa že vse sorte poškodbe pa odprti zlomi […]	Velika raznolikost poškodb		Prva pomoč	Izzivi v GRS
D35	[…] Se mi pa zdi, da tm v tistem trenutku mi ni … […]	Med intervencijo stres ni prisoten		Stres med intervencijo	Psihosocialna pomoč in podpora

D36	[…] Pred tem sm mislu, da bom to slabš prenašou […]	Pričakoval, da bo bolj stresno		Stres med intervencijo	Psihosocialna pomoč in podpora
D37	[…] zdej mi je pa čist navadn, ker pač nisi edini tm in so še drugi soreševalci […]	Med akcijo so ob tebi še drugi soreševalci		GRS skupnost	Psihosocialna pomoč in podpora
D38	[…] Pa si med sabo itak ful zaupamo. […]	Zaupanje znotraj GRS		GRS skupnost	Psihosocialna pomoč in podpora
D39	[…] Nisem nobenga stresa do zdej občutu […]	Med intervencijo stres ni prisoten		Stres med intervencijo	Psihosocialna pomoč in podpora
D40	[…] ampak kokrt sm reku, se tud še nisem srečou s temi res hudimi, travmatološkimi stvarmi, s smrtjo recimo […]	Ni se še srečal s težjimi intervencijami		Izkušenost	Izzivi v GRS
D41	[…] Včasih je kr adrenalinsko k se peljemo na intevencijo […]	Nikoli ne veš kaj te čaka		Samopomoč	Psihosocialna pomoč in podpora
D42	[…] ampak ne zato, ker ne bi bli kos razmeram, ker to smo […]	Razmere v gorah niso predmet dvoma		Stres med intervencijo	Psihosocialna pomoč in podpora
D43	[…] Bl zato, ker ne veš, kaj pričakovat […]	Nikoli ne veš kaj te čaka		Samopomoč	Psihosocialna pomoč in podpora
D44	[…] Dobimo nek kratek SMS s tremi besedami in pol kar bo bo. Npr. smo dobil SMS, poškodba gozdarja. To je lahko smrt, lahko je pa sam neki malga … […]	Nikoli ne veš kaj te čaka		Samopomoč	Psihosocialna pomoč in podpora
D45	[…] Se peleš tja in sploh ne veš kaj bo in iz tega vidika je to mal bl andrenalinsko […]	Nikoli ne veš kaj te čaka		Samopomoč	Psihosocialna pomoč in podpora
D46	[…] Razmeram smo pa pač nekak kr kos, ker smo vsi odrasl v temu gor in smo hodil v hribe tud k ni blo najlepš. Se kr znajdemo no. […]	Razmere v gorah niso predmet dvoma		Stres med intervencijo	Psihosocialna pomoč in podpora
D47	[…] Jest sem itak eden mlajših po stažu na postaji, tko da so kvečm drugi pozorni name, če bi mi kle kj blo […]	Bolj izkušeni pazijo na manj izkušene		Stiska soreševalca	Psihosocialna pomoč in podpora
D48	[…] Nisem bil jest kej dost še na starejše pozorn in nisem začutu ne pr seb in ne pr drugih še […]	Še ni bil priča stiski soreševalca		Stiska soreševalca	Psihosocialna pomoč in podpora
D49	[…] Se pa itak pogovarjamo med sabo o tem. In po akciji in tko kdaj na sestanku […]	Znotraj GRS se veliko pogovarjajo o dogajanju na terenu		GRS skupnost	Psihosocialna pomoč in podpora
D50	[…] Pa tud če bi mu kdo težave, so ves čas dva al trije zaupniki	GRZS poskrbi za potrebe svojih članov, če ti potrebujejo pomoč		GRS skupnost	Psihosocialna pomoč in podpora

	znotrej GRZS-ja na voljo […]				
D51	[…] Lahko kdrkol pokličeš in se dobiš. So poklicni psihologi, prostovoljno so pa člani postaj GRS ane […]	GRS zaupniki so nekateri poklicni psihologi in aktivni člani GRZS		Zaupniki	Psihosocialna pomoč in podpora
D52	[…] In poznajo zadevo, hodjo na akcije in vejo kaj se pogovarjamo […]	GRS zaupniki hodijo na intervencije in imajo izkušnje dela na terenu		Zaupniki	Psihosocialna pomoč in podpora
D53	[…] Se pa mal smešen sliš, ampak tisto pivo po akciji res velik odtehta […]	Debata na pijači po koncu intervencije je dragocena		GRS skupnost	Psihosocialna pomoč in podpora
D54	[…] Ker se res zmenš, če je karkol blo … Sproščeno je in se dejansko vid, da ta pir ma namen, dober namen […]	Debata na pijači po koncu intervencije je dragocena		GRS skupnost	Psihosocialna pomoč in podpora
D55	[…] Pa čej ura štiri popoldne al pa tri zjutrej, vedno je pivo […]	Debata na pijači po koncu intervencije je dragocena		GRS skupnost	Psihosocialna pomoč in podpora
D56	[…] Nasledn dan pa nazaj na šiht […]	Intervencije ne vplivajo na delavni čas v službi		Služba	Izzivi v GRS
D57	[…] klele je zlo odvisn kako se zmenš na šihtu […]	Vsak se posamezno dogovarja z delodajalci		Služba	Izzivi v GRS
D58	[…] sej velik ns ma zato kr s. p. […]	Najlažje je imeti s. p., ker je najmanj usklajevanja		Služba	Izzivi v GRS
D59	[…] Je pa to siten ane, ker če ne greš v službo, pač ni prihodka […]	Samozaposlene osebe v primeru intervecije ostanjo brez prihodka	Pravna ureditev	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
D60	[…] Pr ns rabš bit vsaj alpinist ane in to pomeni, da v nekem tehničnem smislu štrikarije prideš že z določenimi znanji […]	Alpinisti ob pristopu v GRS že imajo veliko praktičnega znanja		Pristop v GRZS	Motivacija prostovoljcev GRS
D61	[…] Pol so še neke te bl specifični manevri, kar se pač naučiš […]	Specifike se dodatno naučiš		Pristop v GRZS	Motivacija prostovoljcev GRS
D62	[…] Pol je pa kle še segment prve pomoči. To je pa spet nekej čist tretjega, k nima direktne povezave z alpinizmom al plezanjem […]	Prva pomoč je svoja veja potrebnega znanja		Prva pomoč	Izzivi v GRS
D63	[…] To je recimo zame izziv, ker smo vsi laiki na papirju […]	Nikoli ni imel poklicno opravka s prvo pomočjo		Prva pomoč	Izzivi v GRS
D64	[…] Sej nardiš tud 80-urni tečaj, sam še to ne pomen, da kr obvladaš, k pride una huda poškodba […]	Tečaj ni dovolj, potrebna tudi praksa		Prva pomoč	Izzivi v GRS
D65	[…]To pr seb vidm kot izziv, da sem klele mal bl šibek. […]	Nikoli ni imel poklicno opravka s prvo pomočjo		Prva pomoč	Izzivi v GRS
D66	[…] Se učiš na tečaju kaj in kako, pol pa	Tečaj ni dovolj, potrebna tudi praksa		Prva pomoč	Izzivi v GRS

	prideš na akcijo k je vse nekej krvav, pa pač morš nekej narest ane […]				
D67	[…] Glede štrikerije al plezalnega dela, se pa počutm domače […]	Plezalni del reševalnih akcij je cona udobja		Izkušenost	Izzivi v GRS
D68	[…] Je pa kdo, k to lih kontra doživlja […]	Vsak ima svoje področje, ki mu je bolj domače		Izkušenost	Izzivi v GRS
D69	[…] pol na akciji se točn ve, kdo bo v trenutku najbl delou s poškodvancem in kdo bo preplezou kakšen siten del […]	Reševalci se med seboj poznajo in vedo, kdo prevzame določene naloge	Dosežena pričakovanja	Prićakovanja	Izzivi v GRS
D70	[…] Vedno so stvari, k bi ble lahko boljše in GRZS ma 600+ članov in to je velik […]	GRZS je velika organizacija	Možnost za izboljšanje	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
D71	[…] Samo da kej premakneš res traja […]	Spremembe prihajajo počasi	Možnost za izboljšanje	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
D72	[…] predvsem je problem to usklajevanje z zakonodajo […]	Zakonodajni del upočasnjuje spremembe	Pravna ureditev	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
D73	[…] Eno je na papirju, drugo je v praksi […]	Razlikovanje papirja in prakse	Možnost za izboljšanje	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
D74	[…] Ni tko simpel pustit službe pa it na akcijo […]	Službe ne smeš zanemariti		Čas, ki ga terja prstovoljstvo	Izzivi v GRS
D75	[…] Sam ja ta usklajevanja so zamudna, pa k se vlada mena, gre pol spet vse na začetek […]	Zakonodajni del upočasnjuje spremembe	Pravna ureditev	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
D76	[…] Pr ns je pa problem predvsem slabi društveni prostori. Mi mamo čist neogrevane in odprte prostore in vsa oprema, avti, roba, vse je pozim na minusu. In k prideš ves moker iz akcije, nimaš to kam dat sušit … […]	Prostori, kjer se shranjena oprema in avtomobili, niso primerni za GRS		Slabi društveni prostori	Izzivi v GRS
D77	[…] Mi mamo to srečo, da smo v dobrih odnosih z gasilci in jim pol damo lahko tja opremo sušit […]	Slabe prostore rešujejo dobrodušni sosedje		Slabi društveni prostori	Izzivi v GRS
D78	[…] To je mal hecn, ker gasilci so čist druga pravna oseba […]	Gasilci in GRS pravno nimajo veliko skupnega		Slabi društveni prostori	Izzivi v GRS
D79	[…] če se na osebni ravni ne bi razumel, to ne bi šlo skos. Ne, morš dat kr v eno drugo bajto sušit stvari […]	Slabe prostore rešujejo dobrodušni sosedje		Slabi društveni prostori	Izzivi v GRS
D80	[…] Se je zgodil, da pozim niti štartat nismo mogel, ker avto ni užgou. Žalostn je, d si interventna služba, pol pa še štartat ne moreš. […]	Zradi mraza niso morali zagnati avtomobila in odhiteti na akcijo		Slabi društveni prostori	Izzivi v GRS

D81	[…] Naši prostori so kr katastrofa, za interventno službo, k je v interesu države. […]	Usterzne porstore bi morala zagotoviti država		Slabi društveni prostori	Izzivi v GRS
D82	[…] Taglavna formalna stvar so zaupniki ane. Maš dve al tri številke, k jih lahko kdrkol pokličeš […]	Za hude intervencije imajo GRS-jevci na voljo zaupnike za pogovor		Zaupniki	Psihosocialna pomoč in podpora
D83	[…] mogoče osebno niti ne poznaš, ampak veš, da lahko pokličeš. Veš, da je kompetentna oseba na drugi strani […]	Zaupniki so usposobljeni za pogovore z GRS-jevci		Zaupniki	Psihosocialna pomoč in podpora
D84	[…] Zdej prou na ravni postaje se pa velik pogovarjamo o tem […]	Na GRS postaji se veliko pogovarjajo o doživetem		GRS skupnost	Psihosocialna pomoč in podpora
D85	[…] zmerej rečejo, če bo krakol, poklič kogarkol in so res ves čas na voljo za pir al karkol […]	Zaupanje znotraj GRS		GRS skupnost	Psihosocialna pomoč in podpora
D86	[…] Nisem še doživu, da bi kdaj res čutu stisko, s tem se še nisem srečal in se te pomoči še nisem poslužvov […]	Potrebe po dodatni pomoči še ni bilo		Zaupniki	Psihosocialna pomoč in podpora
D87	[…] Bi pa se, če bi rabu, bi sigurn se. […]	Nekoč pa morda pride dodatna pomoč prav		Zaupniki	Psihosocialna pomoč in podpora
D88	[…] Jest mam zelo tehničen pristop k temu in se bl čutm, da tehnično spadam tja […]	Občutek, da je pri GRS bolj v vlogi tehnika		Brez priložnosti	Priložnosti za vključitev socialnega dela
D89	[…] pol nimam mogoče tok širokega pogleda […]	Ni znanja o mestu socialnega dela znotraj GRZS		Brez priložnosti	Priložnosti za vključitev socialnega dela
D90	[…] Jah mogoče je res ta vez med reševalci pa svojci … Tm nekak bi lahko vidu vlogo socialnga delavca […]	V odnosu medd reševalci in svojci je prostor za socialno delo		Vez s svojci	Priložnosti za vključitev socialnega dela
D91	[…] drugo pa ne vem povedat […]	Ni znanja o mestu socialnega dela znotraj GRZS		Brez priložnosti	Priložnosti za vključitev socialnega dela
D92	[…] Se pa zgodi tud, da svojci pol čez neki časa pridejo s kakšno zahvalo pa z dobrotami tud na naše sestanke […]	Zahvale svojcev		Vez s svojci	Priložnosti za vključitev socialnega dela
D93	[…] to je tud lepo videt. […]	Veselje ob zahvali svojcev		Vez s svojci	Priložnosti za vključitev socialnega dela

Tabela E:

ŠTEVILKA IZJAVE	**IZJAVA**	**POJEM**	**PODKATEGORIJA**	**KATEGORIJA**	**TEMA**
E1	[…] Pomoje mam več vzrokov … Prvo se mi zdi to, da ko prideš do enga znanja, sploh	Alpinisti ob pristopu v GRS že imajo veliko praktičnega znanja		Pristop v GRZS	Motivacija prostovoljcev GRS

	kokrt je recimo alpinizem, se mi zdi GRS nek dober način kako lahko to znanje izkoristeš, da nardiš nekej dobrega. […]				
E2	[…] Druga stvar je pa to, da rada pomagam ljudem […]	Dobro uporabiti svoje znanje		Želja pomagati drugim	Motivacija prostovoljcev GRS
E3	[…] . Klele sva se z bratom nedavno pogovarjala o tem, da se človk pač dobr počut, ko nekomu pomagaš in ns je vse GRS-jevce označu za egoiste. Ker se pač filamo s filingm, k hočmo nekomu pomagat […]	Brat misli, da so vsi GRS-jevci egoisti		Družina	Izzivi v GRS
E4	[…] . Ampak v osnovi je pr men res to d hočeš nekej dobrga nardit in nekomu pomagat […]	Vključitev v GRS zaradi želje pomagati drugim		Želja pomagati drugim	Motivacija prostovoljcev GRS
E5	[…] čeprou bi kerga kdaj rajš kr čez steno pahnu … […]	Nekateri ponesrečenci ne znajo pokazati hvaležnosti		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS
E6	[…] Glede na to, da je ta GRS v Sloveniji še zmerej prstovolen, se mi zdi zlo dober občutek bit del skupine, k je preprosto prpravlena pomagat. In to samo zato, ker pač lahko […]	Dobro je delati v skupnosti, ki ima podobne interese		Družba	Motivacija prostovoljcev GRS
E7	[…] Vsaj pr ns je res dober, ker smo povezani med sabo, se družmo, smo prjatli, pomagamo drug drugmu […]	GRS je stična točka s prijatelji		Družba	Motivacija prostovoljcev GRS
E8	[…] Pr ns mamo ta luksuz, da poberemo samo alpiniste […]	Zahtevni pogoji za pristop v v GRS		Pristop v GRZS	Motivacija prostovoljcev GRS
E9	[…] , ker marsikje k je res hud teren, pač nimajo dost alpinistov. Jest pa pr seb vidm d k je bl nevarn res ornk začnem funkcionirat.. […]	Kot alpnisitka v nevarnem svetu pod pritiskom dobro funkcionira		Psihološki odziv v zahtevnih okoliščinah	Motivacija prostovoljcev GRS
E10	[…] Pr ns pač morš bit alpinist, čeprou se včasih najde ker tak, k je šele starejši pripravnik, pa si ful želi bit tud v GRS, klele se mi zdi, da bi se lahko dal kej zmen […]	Pogoj biti alpinist se po dogovoru lahko spregleda		Pristop v GRZS	Motivacija prostovoljcev GRS
E11	[…] Vrjetn bi dal neke pogoje, do kdaj morš narest za alpinista. Sej je podobn pr plezanju. Če greš plezat z alpinistm al pa	Pogoje je treba v nekem času izpolniti, ker s tem dokažeš zanesljivost		Pristop v GRZS	Motivacija prostovoljcev GRS

	inštruktorjem, valda veš da bo vse ok. Ker če greš s tečajniki, je pa varnostni faktor čist drgačen ane […]				
E12	[…] Klele ti bom vrjetno mal slabš odgovorila, ker se nisem kej dost brigala za to […]	Ni veliko razmišljala o izzivih in obremenitvah v GRS		Izkušenost	Izzivi v GRS
E13	[…] Vem, da se zdej spreminja status gorskega reševalca. Itak nimamo zakona o gorskem reševanju, se pa dogajajo neke spremembe […]	Status gorskega reševalca ni ustrezno pravno urejen	Pravna ureditev	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
E14	[…] Pa zakon bi rabil, ker tko kokrt je recimo profesionalna gasilska društva, bi mogl tud pr ns rešt, da se to delo mal bl definira […]	Status gorskega reševalca ni ustrezno pravno urejen	Pravna ureditev	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
E15	[…] V službi je tko kokrt se zmenš ane … Eni majo probleme it s šihta, eni grejo lahko […]	Vsak se posamezno dogovarja z delodajalci		Služba	Izzivi v GRS
E16	[…] Načeloma je tko, da delodajalec dobi povračilo stroškov, sam to je čist odvisn kakšno službo maš […]	Delodajalec dobi neko nadomestilo		Služba	Izzivi v GRS
E17	[…] Sploh če maš tak delu, d so še drugi odvisni od tebe […]	Nadomestilo ni dovolj, saj odsotnost lahko vpliva na številna druga delavna mesta		Služba	Izzivi v GRS
E18	[…] valda če si s. p. Jest sem bla to in sem bla konc dneva pač brez dohodka […]	Samozaposlene osebe v primeru intervecije ostanjo brez prihodka	Pravna ureditev	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
E19	[…] Pa tud ta zavarovanja za odgovornost […]	Odprta vrpašanja glede odgovornosti	Pravna ureditev	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
E20	[…] Pač sej nekej smo zavarovani prek zveze, sam če te kdo civilno tož, pojma nimam kva bi blo […]	Odprta vrpašanja glede odgovornosti	Pravna ureditev	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
E21	[…] Ker recimo na smučiščih, k je dost smučarskih nesreč, bi se kamot zgodil, da bi me kdo tožu, da ga nisem primerno oskrbela ane […]	Reševalci so izpostavljeni in lahko pride do tožbe		Odgovornost	Izzivi v GRS
E22	[…] Ne vem kako bi bilo, če bi se med akcijo kej zgodil ane. So bli že primeri, k so tožil državo. Ne vem kako bi ta odgovornost veljala […]	Odprta vrpašanja glede odgovornosti	Pravna ureditev	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS

E23	[…] sploh za vodje akcij pa vaj […]	Odgovornost večja za vodje akcij in vaj		Odgovornost	Izzivi v GRS
E24	[…] Na konc se družina recimo odloč tožt in bi mogl bit v tem aspektu zares zaščiteni […]	Potreba po dodatni pravni zaščiti	Možnosti za izboljšanje	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
E25	[…] Zdej če se odkrije res kakšna malomarnost ane, sam ajde to bi mogl bit lih pijani al neki […]	Krivda se prevzame v primeru resnih malomarnosti		Odgovornost	Izzivi v GRS
E26	[…] Nas pa na društvu tud zlo mot to, da smo vezani na sredstva, k jih dobimo od občin […]	Društvo odvisno od finančnih sredstev občin	Pravna ureditev	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
E27	[…] Mal nm gre v nos včasih to, da mormo sodelovat na kakšnih čistilnih akcijah in to samo zato, da ne morjo rečt, ne dobite dnarja, ker vs pač ni blo […]	Sodelovanje v akcijah le za to, da se dobijo sredstva, ni reševalcem po godu		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS
E28	[…] Pa sej če je bil tak strm teren, sej ni panike, to z veselm […]	Delo na terenu, kjer se drugi ne morejo več znajti, je vstopna točka za delo GRS		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS
E29	[…] Naša občina je velika in kamot bi drug folk spucov lahek teren ane, ljudi je dost […]	Nenevaren teren lahko laiki pospravijo		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS
E30	[…] Jest bom šla rajš v hribe rešvt al pa vadt karkol […]	Delo na terenu, kjer se drugi ne morejo več znajti, je vstopna točka za delo GRS		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS
E31	[…] Pa pol so komplikacije tud, če sem recimo jest iz druge občine, so spet komplikacije […]	Društvo odvisno od finančnih sredstev občin	Pravna ureditev	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
E32	[…] Dejstvo je, da nam je težko si za to cajt uzet, ker ns že tko cajt baše […]	GRS vzame zelo veliko časa		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS
E33	[…] Radi gremo v kere šole pa vrtce, otroške tabore in da pokažemo kako to poteka in recimo mormo bit na kakšnih prireditvah […]	Približanje GRS mlajšim generacijam	Kvaliteta dela	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
E34	[…] GRS ne bi smel bit sestavljen na tak način, da se mormo mi reševalci promovirat. Za ns bi mogla država poskrbet, sploh glede na to, da delamo za državo in to prostovoljno ane. Ne pa da se mormo mi skor prostituirat ane […]	Država mora poskrbeti za prostovoljce, ki delajo v njen interes	Pravna ureditev	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS

E35	[…] Pa naši prostori so res bedni in mamo en avto pa robo kr lepo na minusu pozim. Take stvari bi blo treba poštiman, pa d maš avto pa robo na toplem […]	Prostori, kjer se shranjena oprema in avtomobili, niso primerni za GRS		Slabi društveni prostori	Izzivi v GRS
E36	[…] Pol čej prou mrz avto niti užgat noče al pa te kdo zaparkira in ne morš izvozt […]	Zradi mraza ali zaparkiranosti niso morali zagnati avtomobila in odhiteti na akcijo		Slabi društveni prostori	Izzivi v GRS
E37	[…] Mamo pa sicer zelo hitr izvozn cajt, smo dober organiziran, zmerej jih je par zlo hiter na zbirnem mestu. […]	Odziv kljub vsemu zelo hiter	Kvaliteta dela	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
E38	[…] Velik cajta mi je uzel […]	Prostovoljstvo zasede večji del prstega časa		Čas, ki ga terja prstovoljstvo	Izzivi v GRS
E39	[…] Spet je mal od društva do društva odvisn kako so organiziran in pr ns so ns res že od začetka probal čimbl vključt v ves dogajanje. Tud na akcije lahko hodš […]	Društvo novince takoj sprejme v vse svoje aktivnost		Pristop v GRZS	Motivacija prostovoljcev GRS
E40	[…] nikol ne smeš bit sam na štantu, skos morš met reševalca zravn sebe […]	Novinci na akcijah niso nikoli sami		GRS skupnost	Psihosocialna pomoč in podpora
E41	[…] Zmerej je andrenalinsko … […]	Adrenalin je stalno prisoten		Stres med intervencijo	Psihosocialna pomoč in podpora
E42	[…] Jest v rensic k dobim pozivnik, najprej začnem zelo hitet in iskt kva rabm in se prganam. Prvih par akcij sem tud z avto ful hitela na zbirn mest […]	Ob pozivniku zavlada panika		Samopomoč	Psihosocialna pomoč in podpora
E43	[…] pa sem vedla, da bom mogla tud vsako to kazen na cest plačat ane […]	Za prekrške na cesti med intervencijo sama odgovarja		Odgovornost	Izzivi v GRS
E44	[…] Se morš naučit, da tud če dirkaš za volanm, ni to noben plus […]	Hitenje na cesti ni nikomur v pomoč		Samopomoč	Psihosocialna pomoč in podpora
E45	[…] Zdej med samo akcijo itak delaš in mi ni tok adrenalinsko, bl si fokusiran […]	Do neke mere je stres na intervencijah samoumeven		Stres med intervencijo	Psihosocialna pomoč in podpora
E46	[…] Zdej tesnoba je bla mogoče dost bl prisotna čist na začetku, k še nisem mela narjenga tega tečaja prve pomoči […]	Tesnoba prisotna, ko še ni pridobila ustreznega znanja prve pomoči		Stres med intervencijo	Psihosocialna pomoč in podpora
E47	[…] Je bil ful dobr, k so ns že pred tečajem poslal na tekmovanje za prvo pomoč, k ga	GRS začetnike pošlje na tekmovanje iz prve pomoči		Prva pomoč	Izzivi v GRS

	ma GRS in smo se že za ta tekmovane dost naučil […]				
E48	[…] Pa na postaji je res tko, d komerkol boš kdrkol karkol reku, si bojo res uzel cajt in pomagal […]	Na postaji so vedno pripavljeni pomagati		GRS skupnost	Psihosocialna pomoč in podpora
E49	[…] Na začetk mij blo mal tko, ker ne veš, al boš prou naredu al ne. Sej pol počas vidš da gre […]	Na začetku si v dvomih ali prav ravnaš, to se odpravi s kilometrino		Izkušenost	Izzivi v GRS
E50	[…] Edin enkrat se spomnem d je blo med vožnjo, k je kolega res hiter vozu in smo se skor zaletel na enmu križišču, k je pelou čez rdečo. Pa sej smo mel lučke, sam si samo vozilo, k prosi za prednost […]	V hitenju na intervencijo so imeli skoraj prometno nesrečo		Stiska soreševalca	Psihosocialna pomoč in podpora
E51	[…] Če prevoziš rdečo, boš odgovarjou […]	Za prekrške na cesti med intervencijo sama odgovarja		Odgovornost	Izzivi v GRS
E52	[…] Tko so vse interventne službe, samo prosijo za prednost. Politiki recimo majo pa rdeče modre lučke in oni pa majo prednost in so krivdno neodgovorni […]	Za prekrške na cesti med intervencijo so odgovorni vozniki, pri politikih pa nimajo te odgovornosti	Pravna ureditev	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
E53	[…] In takrat k je kolega vozu, smo pol rekl, da nej se umiri al pa ne bo več vozu […]	Reševanje mora potekati dalje, lahko v reorganizirani obliki		Stiska soreševalca	Psihosocialna pomoč in podpora
E54	[…] ker tok tvegat res ni vreden […]	Varnost reševalcev		Odgovornost	Izzivi v GRS
E55	[…] Sicer pa nisem bla še na nobeni taki akciji, kjer bi blo ful ful stresno […]	Še ni bila priča stiski soreševalca		Stiska soreševalca	Psihosocialna pomoč in podpora
E56	[…] Pr GRS si tri leta pripravnik in ni tko neke ful šole […]	Tri pripravniška leta	Kvaliteta dela	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
E57	[…] Eni so ful selektivni glede tega kam spustijo pripravnike in te ne spustijo bliz, če te posebej ne pokličejo ane […]	Pripravnikov nekatera društva ne pustijo na vse aktivnosti		Izkušenost	Izzivi v GRS
E58	[…] Pr ns prideš na vse […]	Društvo novince takoj sprejme v vse svoje aktivnost		Pristop v GRZS	Motivacija prostovoljcev GRS
E59	[…] Mamo vsako sredo v maju vajo in gremo vse čez, letno pa zimsko vajo, smučarsko vajo […]	GRS redno vadi potrebna znanja za akcije	Kvaliteta dela	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS

E60	[…] Pa pr ns je še tko urejen, da vsak k pride na novo ma enga al pa dva inštruktorja in se posebej dobivamo in gremo čez tehniko in predelamo odprta vprašanja […]	Reševalec ima v pripravniški dobi mentorja	Kvaliteta dela	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
E61	[…] Edin kar je, je to, da morš sprejet dejstvo, da k pride do akcije moreš ubogat vodjo akcije. Klele ni da ne ubogaš, to nardiš kar se ti reče […]	Na intervencijah se pričakuje dosledno upoštevanje vodje akcije		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS
E62	[…] Na začetk me je skrbel kako pa kva vse morš povedat v vozilu in mej skrbel, da bom kej pozabila […]	Na začetku strah pred veliko informacijami		Izkušenost	Izzivi v GRS
E63	[…] Pol k prideš na teren je pa vse dost bl oprijemljiv in pač gre […]	Na terenu so stvari bolj oprijemljive		Izkušenost	Izzivi v GRS
E64	[…] Pa pol je tud še ful vsega ane … Ker nisi kr avtomatsko vodja akcij, maš za to spet posebno licenco. Pa inštruktorji sevede isto […]	Za vodstvene funkcije so potrebna dodatna usposablanja	Kvaliteta dela	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
E65	[…] To bi lahko vsi mal več vedl, kaj in kako se vse delo po akcijah še dogaja […]	Člani ne vedno veliko o dogajanju po končanih akcijah	Možnosti za izboljšanje	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
E66	[…] Hmm, ne vem … Ker kar se mene tiče stvari res laufajo […]	Izkušnja GRS ni pokazala pomankljivosti	Dosežena pričakovanja	Pričakovanja	Izzivi v GRS
E67	[…] Tud dve punce, k sta v pisarni, sta res odzivne in če kakol rabš, npr. zdravniški pregled, sta res odzivne in vse zrihtata. Sta kr v pomoč, tud za kontakte, informacije ipd. […]	Zaposleni v pisarni sta dobro odzivni	Kvaliteta dela	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
E68	[…] Pa pr ns kokrt sm že rekla, so prostori bedni, sej ostalo laufa … […]	Prostori, kjer se shranjena oprema in avtomobili, niso primerni za GRS		Slabi društveni prostori	Izzivi v GRS
E69	[…] Z zaupniki se še nisem […]	Nikoli še ni potrebovala pomoči zaupnikov		Zaupniki	Psihosocialna pomoč in podpora
E70	[…] Pogovarjam se s prjatli […]	Pogovor s prijatelji		Prijatelji	Psihosocialna pomoč in podpora
E71	[…] So nam pršli predstavt tud ti psihologi kero temo in so uredu […]	Psihologi so imeli neka predavanja		Strokovna pomoč	Psihosocialna pomoč in podpora
E72	[…] Ampak ja po vsaki akciji gremo obvezno na pir, pač prej ne greš, ne smeš it domu. Se na prijač pol pogovorimo pa vse predebatiramo […]	Debata na pijači po koncu intervencije je dragocena		GRS skupnost	Psihosocialna pomoč in podpora

E73	[…] Se je že zgodil, da smo pršli v dolino ob petih zjutrej in nas je en član poklicou in je zrihtou hrano pa prijačo k seb domu v garažo. In smo sevede šli in bli do sedmih zjutrej tm, pil in se pogovarjal […]	Debata na pijači po koncu intervencije je dragocena		GRS skupnost	Psihosocialna pomoč in podpora
E74	[…] To ful deluje […]	Druženje po intervenciji je velik razbremenilni faktor		GRS skupnost	Psihosocialna pomoč in podpora
E75	[…] Pa črn humor je tud kr za zmanjšat stres. To je kr pogost […]	Humor zmanjšuje stres		Humor	Psihosocialna pomoč in podpora
E76	[…] noben se ne sprašuje če je prou al ne. Pač nam pomaga, da kakšno stvar predelaš in da se pač pogovarjaš […]	Humor ni sporen način za zmanjševanje stresa		Humor	Psihosocialna pomoč in podpora
E77	[…] Probamo sodelovat tud z drugimi reševalnimi društvi in to tko, da k gre ker društvo kam na dopust, da proseš sosedno društvo, da dežura al pa d organiziraš vajo in povabeš zraven tud druga društva, jamarje ipd. […]	Sodelovanje z drugimi prostovoljnimi društvi	Kvaliteta dela	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
E78	[…] To bi mogla kej bolš poznat področja dela socialnega dela, ker iskreno poznam samo centre za socialno delo […]	Slabo poznavanje dela socialnega dela		Brez priložnosti	Priložnosti za vključitev socialnega dela
E79	[…] Se mi je zgodil recimo, da se je oči ponesreču in sem mogla pol sestopet z mejhno punčko v dolino in klele ja je blo tko mal drgač kokrt ponavad … Najprej se je ful odprla pa sva se čist dober pogovarjale, sam ja pol pa sej spet čist zatopila v misli, ker se je oči kr hudo poškodvov […]	Izziv s komunikacijo s hčerko ponesrečenega očeta		Vez s svojci	Priložnosti za vključitev socialnega dela
E80	[…] Mogoče nam mal manjka ta aspekt, kako komunicirat s svojci […]	Pomankljivo znanje o komunikaciji s svojci		Izobraževanje o komunikaciji	Priložnosti za vključitev socialnega dela
E81	[…] tud nismo usposobljeni za delat s temi, k so mentalno zadej ane […]	Pomankljivo znanje za delo z osebami z motno v duševnem razvoju		Osebe z motnjo v duševnem razvoju	Priložnosti za vključitev socialnega dela
E82	[…] Z avtisti pa s takimi, ns niso čist nč prpravl na to […]	V proces dela GRS ni vključeno ničesar, kar bi dajalo smernice za delo o sebami z		Osebe z motnjo v duševnem razvoju	Priložnosti za vključitev socialnega dela

		motnjo v duševnem razvoju			
E83	[…] Ni necga tečaja za pogovor s svojci, kako se pogovarjat […]	Pomankljivo znanje o komunikaciji s svojci		Izobraževanje o komunikaciji	Priložnosti za vključitev socialnega dela
E84	[…] Pa tud s ponesrečencem tud nč kej dost, sam rekl so, da ponesrečencu ne smemo rečt, da bo vse uredu […]	Pomankljivo znanje o komunikaciji s ponesrečencem		Izobraževanje o komunikaciji	Priložnosti za vključitev socialnega dela
E85	[…] Lahko bi mel izobraževanje al šolo tud na to temo […]	Izobraševanje na temo komunikacije z ljudmi vpletenimi v nesrečo		Izobraževanje o komunikaciji	Priložnosti za vključitev socialnega dela
E86	[…] . Ker ja, zmerej več ljudi hod v hribe in dobiš vse sorte folk […]	Hribi vse bolj dosegljivi širokemu spektru ljudi		Želja pomagati drugim	Motivacija prostovoljcev GRS
E87	[…] Sva bla s kolegom na prikazu v eni taki šoli za otroke s posebnimi potrebami in je ful dober izpadel, je otroke to čist prtegnil in so ful notr padl […]	Otrokom s posebnimi potrebami je bila predstavitev GRS zelo zanimiva		Osebe z motnjo v duševnem razvoju	Priložnosti za vključitev socialnega dela

Tabela F:

ŠTEVILKA IZJAVE	**IZJAVA**	**POJEM**	**PODKATEGORIJA**	**KATEGORIJA**	**TEMA**
F1	[…] Ja pr men je zgledal tko, d je en kolega s kermu sm v hribe hodu pa tud družinski prjatu, tud GRS-jevc, mej on prpelou na postajo […]	Prijatelj GRS-jevc ga je navdušil za prostovoljstvo		Družba	Motivacija prostovoljcev GRS
F2	[…] Glede na to, kok sva skp okol hodila, mij reku, če bi bil prpravlen tud to delat […]	Prijatelju se je zdel primeren za GRS-jevca		Družba	Motivacija prostovoljcev GRS
F3	[…] Sm pa že prej bolderje pa tak plezou […]	V maldih letih začel s plezanjem		Plezanje	Motivacija prostovoljcev GRS
F4	[…] pa neke alpiniste smo mel v familij […]	Nekaj prednikov so bili alpinisti		GRS-jevci v družini	Motivacija prostovoljcev GRS
F5	[…] Ene pol leta mej prepričvov in pol sm pa reku, no pa dej ane […]	Prijatelj ga je dlje časa vabil v vrste GRS		Družba	Motivacija prostovoljcev GRS
F6	[…] V resnic nisem vedu kam grem, sm šu bl k ne iz firbca […]	Odločitev za prijavo v GRS		Pristop v GRZS	Motivacija prostovoljcev GRS
F7	[…] Pol pogoj je bil alpinistična šola in pol sm šu samo še do načelnika, da mi je načelnik razložu, kako pr ns to funkcionira. Pol te	Prve aktivnosti v GRS		Pristop v GRZS	Motivacija prostovoljcev GRS

	pa prpelejo na enga od sestankov in mene so takrat postavl za predpripravnika. Tega staža dons ni več, zarad zavarovanja, ker pač nisi bil zavarvan v primeru nesreč […]				
F8	[…] In počas se pol začneš prpravlat na izpite. Te priprave niti niso ble tok hude […]	Predpripravniško obdobje ni bilo prezahtevno		Pristop v GRZS	Motivacija prostovoljcev GRS
F9	[…] pr ns se največ naučiš prek intervencij, k jih mamo pa pr ns res velik […]	Največ se naučiš na pogostih intervencijah		Izkušenost	Izzivi v GRS
F10	[…] Sam smo pa mal šalabajzerji v tem, d delamo zlo mal vaj […]	GRS ima premalo vaj	Kvaliteta dela	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
F11	[…] In tud če se organizira vaja, ns je prisotnih skos istih 10 in mi mamo pa že tko al tko ves čas intervencije in posledično mamo manko vaj. […]	Aktivnih članov ni veliko, intervencij je veliko in zmanjka časa in volje za vaje	Kvaliteta dela	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
F12	[…] Zdej k mamo mal večjo skupino pripravnikov, organiziramo tud posebej vaje samo za njih […]	Se trudijo za kvalitetno pripravništvo	Kvaliteta dela	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
F13	[…] Motivator, sploh na zečetku, je bil pa tud ego […]	Odločitev za prijavo v GRS		Pristop v GRZS	Motivacija prostovoljcev GRS
F14	[…] Sam pol pa videš d je to v resnic to en sam deu […]	GRS je zahtevno in konkretno delo		Želja pomagati drugim	Motivacija prostovoljcev GRS
F15	[…] da niti niso ljudje vsi zarad rešvanja tm […]	Niso vsi v GRS zaradi želje pomagati drugim	Nedosežena pričakovanja	Pričakovanja	Izzivi v GRS
F16	[…] Eni nočjo nč vedt, kaj se pol zgodi z ljudmi k jih v dolino spravmo, recimo jest bi z veseljem več vedu […]	Različni interesi o spremljanju poškodovancev tudi po reševanju		Želja pomagati drugim	Motivacija prostovoljcev GRS
F17	[…] ker mi nekak dost pomen to, da vem al je un pol preživu al kaj je pol z njimi. […]	Veliko mu pomeni končna zgodba ponesrečenca		Želja pomagati drugim	Motivacija prostovoljcev GRS
F18	[…] Klele pr ns se izven intervencij niti ne družmo prou dost velik […]	GRS-jevci se izven reševalskih aktivnosti ne družijo veliko		Družba	Motivacija prostovoljcev GRS
F19	[…] Ponavad po intervenciji se skp dol usedeš […]	Po intervencijah se običajno podružijo		Družba	Motivacija prostovoljcev GRS

F20	[…] če ne drujga zato d opremo pospravš […]	Druženje preko skupnega dela		Družba	Motivacija prostovoljcev GRS
F21	[…] Enkrat na mesec mamo pa sestank […]	Sestanki enkrat mesečno		GRS skupnost	Psihosocialna pomoč in podpora
F22	[…] Tastari recimo se pa vsak dan dobijo. Naši veterani majo vsak dan ob 19.00 sestank, […]	Starejša generacija reševalcev se druži na dnevni bazi		GRS skupnost	Psihosocialna pomoč in podpora
F23	[…] mlad pa nismo tok zlo povezani […]	Mlajše generacije preživijo skupaj manj časa		GRS skupnost	Psihosocialna pomoč in podpora
F24	[…] Tud skupnih izletov praktično nimamo več, kar je pa posledica tega, da se je v zadnjih letih, sploh polet, tok povečalo število intervencij, da nam načelnik ne dovol it na skupn izlet […]	Zaradi prevelikega števila intervencij si ne morejo privoščiti skupnih izletov		Čas, ki ga terja prostovoljstvo	Izzivi v GRS
F25	[…] Izven sezone se kam gre na vsake par let […]	Vsakih nekaj let jim uspe kam skupaj it		Čas, ki ga terja prostovoljstvo	Izzivi v GRS
F26	[…] Pa pozim se še spravmo kam skp […]	Druženje ob aktivnostih tudi izven GRS aktivnosti		Družba	Motivacija prostovoljcev GRS
F27	[…] Sej vas je tok mejhna, d se itak povsod srečavaš […]	Vaščani se vsi med seboj dobro poznajo		Majhna skupnost	Izzivi v GRS
F28	[…] Je pr ns kr specifična postaja no … Mi tud zgodovinsko nismo bli nikol preveč alpinistično močni … […]	Postaja ni bila nikoli alpinistično močna		Majhna skupnost	Izzivi v GRS
F29	[…] Kle za našo postajo je sigurn tavečji izziv kadrovska problematika. Ne morš prčakvt nč drujga […]	Glavni izziv je pridobivanje reševalskega podmladka		Majhna skupnost	Izzivi v GRS
F30	[…] ker naša postaja že kr nekej let temelji na odzivnosti samo še parih posameznikov […]	GRS postaja je odvisna od majhnega števila aktivnih posameznikov		Majhna skupnost	Izzivi v GRS
F31	[…] Pol maš ljudi, k so za določene vrste intervencij še zelo vsposobljeni […]	Člani dobro uspodobljeni za akcije	Kvaliteta dela	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
F32	[…] sam na konc leta ns se obrne ene 15 komadov, k smo povsod pa aktivni […]	GRS postaja je odvisna od majhnega števila aktivnih posameznikov		Majhna skupnost	Izzivi v GRS

F33	[…] Taglavn redn problem je tud ta intervencija k je lihkar bla, k je zahtevna in ni ne mi in ne kera druga postaja ni prpravlena uredu skp spravt na klasiko […]	Klasično reševanje večkrat prezahtevno za večino GRS postaj		Nevarno delavno okolje	Izzivi v GRS
F34	[…] Pr ns je problem ker mamo postajo za helikopter na Brniku, k ma pa skorej celo zimo meglo in to onemogoč letenje ane … […]	Neustrezna lokacija vzletne točke reševalnega helikopterja		Slabi društveni prostori	Izzivi v GRS
F35	[…] In ja sej zgodil, da je mogu pridt Avstrijski helikopter […]	Potrebno mednarodno sodelovanje	Dosežena pričakovanja	Pričakovanja	Izzivi v GRS
F36	[…] Pa izziv je teritorialno, k meje nimamo dost natančen določen […]	Nedoseldno določene meje za interviranje posameznega društva	Pravna ureditev	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
F37	[…] Zdej so postaje k majo še večjo kadrovsko stisko […]	Nekatera društva imajo še večjo kadrovsko stisko		Majhna skupnost	Izzivi v GRS
F38	[…] že pr ns je zlo nizka lestvica, da te vzamejo v postajo. Pr ns je nujno d pred izpiti nardiš alpinistično šolo, kar res neb reku dj velik […]	Nezahtevni pogoji za pristop v GRS		Pristop v GRZS	Motivacija prostovoljcev GRS
F39	[…] Novačmo pa folk pol tko, da jih sprašujemo pa jih tud po več let probamo spravt v GRS. Itak smo mejhna vas in vse poznaš in pol te novačeš […]	Poskušanje aktiviranja vseh ustreznih fantov za GRS v vasi		Majhna skupnost	Izzivi v GRS
F40	[…] Kar se tiče pa zveze, ns je kr ene par postaj na kupu, k rajš delamo po svoje in smo zlo distancirani […]	GRZS-ja pri delu ne upoštevajo kaj dosti	Zaupanje	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS
F41	[…] Pač edin načelnik more sodelovat z zvezo […]	Načelnik je dolžan komunicirati z zvezo		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS
F42	[…] ostali se pa zlo neradi vključujemo v to […]	Neradi imajo stike z zvezo	Zaupanje	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS
F43	[…] Se pozna, da je zveza vodena iz postaj, k so zlo drugačne našim, majo drgačne poglede na vse in je	Vodje zveze ne razumejo situacije vaške postaje	Komunikacija	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS

	pizdarija … Nm pač pamet solijo […]				
F44	[…] čeprou je res, da smo glede nekaterih alpinističnih znanj slabši in da mamo pač šalabajzersko mal vaj […]	GRS ima premalo vaj in ni alpinistično močan	Kvaliteta dela	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
F45	[…] Je zlo drugačen pogled na delo reševalca in na strategijo reševanja […]	Vodje zveze ne razumejo situacije vaške postaje	Komunikacija	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS
F46	[…] Tko s samo zvezo nimam dobrih izkušenj oz. z organizacijo zveze. […]	Vodje zveze ne razumejo situacije vaške postaje	Zaupanje	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS
F47	[…] Znotrej postaje pa tud je vse sorte, mamo reševalce, k če ni točn taka pa taka akcija, pač nau pršu, ker se mu preprost ne da […]	Nekateri reševalci niso zanesljivo odzivni	Zaupanje	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS
F48	[…] Pa en ornk problem pr ns je tud ta, da mamo nenapisano pravilo, ampak vsem znano pravilo, da ženske ne smejo k nm v GRS. Nekak niso dobrodošle […]	Ženske na v GRS društvu niso dobrodošle		Sprejemanje žensk	Izzivi v GRS
F49	[…] Pa mamo kr par dobrih punc k bi ble dobre reševalke […]	V vasi so potencialne kandidatke za reševalke v GRS		Sprejemanje žensk	Izzivi v GRS
F50	[…] ampak jih preprost nočjo vzet v svoje vrste. Toj kr problem ja … […]	Izločitev ženskega spola je velika napaka		Sprejemanje žensk	Izzivi v GRS
F51	[…] Ja kr zlo vpliva in če se hočeš GRS resno it, to rata način življenja […]	GRS je način življenja		Čas namenjen GRS	Motivacija prostovoljcev GRS
F52	[…] Ne sam to, da si cel cajt prpravlen d morš it […]	Ves čas biti v pripravljenosti		Čas, ki ga terja prostovoljstvo	Izzivi v GRS
F53	[…] tud tvoje prostočasne aktivnosti so povezane s temu […]	Prostočasne aktivnosti so prilagojene delu GRS		Čas, ki ga terja prostovoljstvo	Izzivi v GRS
F54	[…] Sej plezanje ne delam zato ker sm v GRS, sam je pa zlo fajn d znaš v temu reševanju […]	Prostočasne aktivnosti so prilagojene delu GRS		Čas, ki ga terja prostovoljstvo	Izzivi v GRS
F55	[…] Kokrt je alpinizem en način življenja, k velik zahteva od tebe, je tud gorsko reševanje nekej, kar zahteva velik […]	GRS je način življenja		Čas namenjen GRS	Motivacija prostovoljcev GRS

F56	[…] Tud polet recimo grem jest lezt v hribe samo vsak drug vikend, ker če ne bi bil v GRS, bi vrjetn vsak vikend kam šu. Tko si pa rečem, da en vikend to, drug vikend pa GRS […]	Prostočasne aktivnosti so prilagojene delu GRS		Čas, ki ga terja prostovoljstvo	Izzivi v GRS
F57	[…] In pol sobota in nedelja čakam doma, mal pse peljem, sicer sm pa prpravljen, če bo slučajn kakšno proženje […]	Ves čas biti v pripravljenosti		Čas, ki ga terja prostovoljstvo	Izzivi v GRS
F58	[…] Pa med prazniki načelnik kr pove, da je ta pa ta na dopustu in nej bomo prpravleni […]	Ves čas biti v pripravljenosti		Čas, ki ga terja prostovoljstvo	Izzivi v GRS
F59	[…] Maš nekak dve vrste postaj, mestne pa vaške […]	Razlikovanje med mestnimi in vaškimi GRS društvi	Kvaliteta dela	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
F60	[…] Mestne majo ponavad dost več kadra […]	Mestni GRS nimajo težav s podmladkom	Kvaliteta dela	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
F61	[…] vaške pa nekak mamo problem doseganja minimalnega standarda za kader […]	Vaške imajo komaj zadosti članov	Kvaliteta dela	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
F62	[…] Pa mestna ma lih ena al pa dve bl ornk teren […]	Mestna GRS društva imajo redko vertikalen teren	Kvaliteta dela	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
F63	[…] klele vaške mamo pa lahko več al mn sam stene […]	Vaške GRS imajo večinoma le vertikalen teren	Kvaliteta dela	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
F64	[…] ej probamo uvažat kej, sam so pol tud drgje lahko zamere […]	V GRS vabijo iz drugih koncev Slovenije, kar povzroča slabo voljo	MožnostI za izboljšanje	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
F65	[…] Pač res bi blo treba počas profesionalizirat to, vsaj v vaškmu koncu […]	GRS bi se morala vsaj za nekatere lokacije profesionalizirat	MožnostI za izboljšanje	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
F66	[…] Ker ja sem bil lan na ene 30 intervencijah […]	Veliko število intervencij		Čas namenjen GRS	Izzivi v GRS
F67	[…] pa so lahko v dveh urah fertik, al pa lahko traja tud 16 ur ane … Sam ta je bla iskalna akcija pa smo vmes tud spal […]	Nikoli ne veš koliko časa bo trajala akcija		Čas namenjen GRS	Izzivi v GRS
F68	[…] te iskalne akcije so zmerej melanholične, greš v akcijo z bednmu občutkom, ker več	Iskalne akcije so vedno melanholične		Stres med intervencijo	Psihosocialna pomoč in podpora

	al manj veš da iščeš truplo […]				
F69	[…] Lih enkrat smo mel ogromno srečo d smo eno živo najdl, drgač pa tega res ne maram. […]	Iskalne akcije imajo zelo redko srečen konec		Stres med intervencijo	Psihosocialna pomoč in podpora
F70	[…] Ja mene je kr blo večkrat že strah ane […]	Strah pogosto prisoten na intervenciji		Stres med intervencijo	Psihosocialna pomoč in podpora
F71	[…] Je pa ta psihološka pomoč v GRS zlo taka tabu tema […]	Psihosocialna pomoč je na društvu tabu tema		Izzivi psihosocialne pomoči in podpore	Psihosocialna pomoč in podpora
F72	[…] So sicer prou 4 GRS-jevci psihologi, k so prou temu namenjeni […]	Za hude intervencije imajo GRS-jevci na voljo zaupnike za pogovor		Zaupniki	Psihosocialna pomoč in podpora
F73	[…] Jest iskreno pr enih prvih smrtnih žrtev, k sm jo mu, sem se na tiho poslužu te pomoči […]	Na skrivaj je koristil pomoč zaupnikov		Zaupniki	Psihosocialna pomoč in podpora
F74	[…] Pr ns maš en tak čudn občutek, sploh pr smrtnih žrtvah, da se morš sam požret in toj to […]	GRS-člani prezirajo možnost psihološke pomoči		GRS skupnost	Psihosocialna pomoč in podpora
F75	[…] Sej ma vsak človk svoj proces procesiranja tega ane … Priznam, da nisem bil prpravlen in v prvi interneciji itak nisem vedu, kaj se dogaja. […]	Psihična nepripravljenost na težke intervencije		Stres med intervencijo	Psihosocialna pomoč in podpora
F76	[…] Pol pa še tok cajta čakaš policaja, da so men dal soplezalca, k sta dva solirala in je eden padu, in sem mogu bit s temu soplezalcm, k prijetno zih ni blo […]	Pomankljivo znanje o komunikaciji s svojci		Izobraževanje o komunikaciji	Priložnosti za vključitev socialnega dela
F77	[…] Mel smo en predavanje od PZS-ja na prvo pomoč in je mal razložu o psihološki pomoči v GRS-ju, sam nekak je to to […]	Pomankljiva priprava na psihološke posledice nesreč za reševalce		Izzivi psihosocialne pomoči in podpore	Psihosocialna pomoč in podpora
F78	[…] Ene postaje vem d so mal bl s cajtom šle naprej in majo tud predavanja na postajah, d se s tem ukvarjajo […]	Nekatere GRS postaje aktivno delajo na ozaveščanju in odpravlanju psiholoških posledic		GRS skupnost	Psihosocialna pomoč in podpora
F79	[…] Pr ns se ne […]	GRS društvo ne gradi na ozaveščanju in odpravlanju psiholoških posledic		GRS skupnost	Psihosocialna pomoč in podpora

F80	[…] Zdej če pride strah, kar je blo recimo, k smo rešval plezalca iz stene v nevihti […]	Nevihte predstavljajo velik stres		Stres med intervencijo	Psihosocialna pomoč in podpora
F81	[…] Me je blo strah, sam v seb veš d nč ne morš. Ti si tm, strele sekajo in pač neki nared ane […]	Nevihte predstavljajo velik stres		Stres med intervencijo	Psihosocialna pomoč in podpora
F82	[…] Pa nobenmu takrat ni blo prijetn […]	Nevihte niso nikomur prijetne med intervencijo		Stres med intervencijo	Psihosocialna pomoč in podpora
F83	[…] sej tok smo počakal, da je vsaj tahuj del nevihte šu mem in si si lahko reku, da bo pa zdej bolš […]	Nevihte predstavljajo velik stres		Stres med intervencijo	Psihosocialna pomoč in podpora
F84	[…] Zame osebno se pa probam tud izogibat zime, ker sem preprost preveč vidu pa slišou, kaj vse se lahko pozim dogaja in se temu res rajš ognem. […]	Izogibanje nevarnim zimskim razmeram, zaradi zavedanja o tveganju		Samopomoč	Psihosocialna pomoč in podpora
F85	[…] Pa tud reševanje je zahteven, ker če je mokast sneg, slabi klini ipd. je sama štala no […]	Zimske razmere zelo otežujejo reševanja		Nevarno delavno okolje	Izzivi v GRS
F86	[…] Poznam res kr par GRS-jevcev k so fajn proti zimski plezariji, ker so dal čez akcije k so ble ornk bedne […]	GRS-jevci se zavedajo tveganj, ki jih prinašajo zimske razmere		Nevarno delavno okolje	Izzivi v GRS
F87	[…] Pa ja hiter tud iz kerga drujga GRS prleti ker očitek, da bi mogl met reševalce, k plezajo vsaj VI […]	GRS društva si očitajo nekompetentnost	Komunikacija	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS
F88	[…] Sam ja pr ns bi blo pol sam še mn folka […]	S poostrenimi pogoji bi se v GRS vključilo še manj ljudi		Majhna skupnost	Izzivi v GRS
F89	[…] Mene briga al ma naziv alpinista al ne, ker se tud pr alpinistih dogaja vse sorte in je blo zlo bliz, da bi na izpitnih turah mogl trupla dol vlečt. […]	Pomembno je znanje in ne naziv		Nevarno delavno okolje	Izzivi v GRS
F90	[…] Pa se vprašaš, kaj instruktor tm dela d gresta v tak teren. Se vprašaš kaj je manen naziva alipnista, al je to d znaš nekej varno delat al je kej drujga ane […]	Pomembno je znanje in ne naziv		Nevarno delavno okolje	Izzivi v GRS

F91	[…] Jest tega še nisem doživu […]	Še ni bil priča stiski soreševalca		Stiska soreševalca	Psihosocialna pomoč in podpora
F92	[…] so pa mene mogl enkrat mirit […]	Potreba po soreševalčevi pomoči		Stiska soreševalca	Psihosocialna pomoč in podpora
F93	[…] Me je stran pelou in mi je čist tko na mirno razložu, kako nej se obrnem […]	Najpomembneje je umiriti soreševalca v stiski		Stiska soreševalca	Psihosocialna pomoč in podpora
F94	[…] Pač res nisem navajen teh tabednih poškodb in teh grdih zlomov in podobn, to nisem jest za to […]	Slabo prenaša krvave prizore		Prva pomoč	Izzivi v GRS
F95	[…] In mij reševalc reku, da nej k sm v avtu še mal počakam par sekund, nej prediham in pol nej grem pa šele ven […]	Najpomembneje je umiriti soreševalca v stiski		Stiska soreševalca	Psihosocialna pomoč in podpora
F96	[…] Če mam občutek, da ratujem živčen, se mal umaknem […]	Dobro poznati lastne meje		Samopomoč	Psihosocialna pomoč in podpora
F97	[…] Pa tud za ponesrečenca je bolš, da mi čimbl mirno zgledamo ane […]	Za ponesrečenca je bolje, da ima ob sebi mirne ljudi		Stiska soreševalca	Psihosocialna pomoč in podpora
F98	[…] Na intervencijo ponavad ne gre samo eden in običajno če je kej, pa d se tiče prve pomoči in d mamo enga, k je najbl sposoben oz. najbl navajen to delat […]	Reševalci se med seboj poznajo in vedo, kdo prevzame določene naloge	Dosežena pričakovanja	Pričakovanja	Izzivi v GRS
F99	[…] Običajn jest nisem ta, sem rajš bl zadej, dajem opremo, vakumske blazine ipd. […]	On skrbi za tehnični del prve pomoči		Prva pomoč	Izzivi v GRS
F100	[…] Pol pa en drug oskrbi te rane in kar je treba […]	Vsak ima svoje področje, ki mu je bolj domače		Izkušenost	Izzivi v GRS
F101	[…] Bl sm za nošnjo pa za tehnične zadeve zraven v takih situacijah […]	On skrbi za tehnični del prve pomoči		Prva pomoč	Izzivi v GRS
F102	[…] Opremo mamo kr dobro in to se znaš tud s temu rokvat […]	Tehnično obvladajo področje	Dosežena pričakovanja	Pričakovanja	Izzivi v GRS
F103	[…] Tud v prvih parih letih daš tok intervencij skos, da ti je jasno kako pa kaj se kej dela.	Preko prakse spoznaš teren in tehnike, kar ti koristi na sledečih akcijah		Izkušenost	Izzivi v GRS

	Sploh za situacije k so si med sabo lahko podobne in že poznaš teren in točn veš kje boš sidrišče delou, kje je ker dobr drevo ipd. […]				
F104	[…] Pa zaenkrat je bil še vedno kdo k je bil bl izkušenj od mene zraven in je tud kr važn faktor. […]	Bolj izkušeni pazijo na manj izkušene		Stiska soreševalca	Psihosocialna pomoč in podpora
F105	[…] Edin enkrat se mi je zgodil, da sem šu na vitlo, ker so mel letalci vaje in je blo sred tedna. Sem šu pol jest pa penzionisti in šeen od tamladih in šeeden k je pa jager. Pol smo se tm gledal in so me pač določil, da grem jest dol. Takrat sem bil dejansko prvič na vtili pomojem […]	Predanost vlogi GRS-jevca		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS
F106	[…] samo je bla situacija k sm točn vedu kaj je treba narest, k un je mu spahnjeno ramo in to sem znal kuj oskrbet pa prpravt za dvig. Pa tud na terenu tm sem že bil in sem vedu kaj in kako. […]	Točno je vedel, kaj je treba narediti		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS
F107	[…] Se pa reševalci med sabo zlo razlikujemo […]	Med seboj so si reševalci različni		Stres med intervencijo	Psihosocialna pomoč in podpora
F108	[…] so pol eni, k so res živčni in recimo bi rabu skos kadit, slabe razmere in dež je šu in ker ni mogu nč skadit, je bil res ornk živčen. Pol je pa skos ozmerjou vodjo naše grupe in ni blo dobr […]	Nekateri so na intervencijah zelo nervozni		Stres med intervencijo	Psihosocialna pomoč in podpora
F109	[…] Jest načeloma mam dost potrplena, da se mi ne da tm pizdit […]	Je potrpežljiv in nekonflikten	Komunikacija	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS
F110	[…] razen enkrat sem se zapeu. Pač dva turista kuj k sta ugotovila, da je blo reševanje zastonj, sta nas začela v red dajat, zakaj smo tok cajta rabil, zakaj jih nismo takoj najdl. To se mi je pa mal odprl no […]	Nekateri ponesrečenci ne znajo pokazati hvaležnosti		Dolžnosti prostovoljstva	Izzivi v GRS

F111	[…] Sicer sem pa glede tega dost flegmatik se mi zdi no. […]	Je potrpežljiv in nekonflikten	Komunikacija	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS
F112	[…] Financiranje recimo mamo trenutno res pošlihtan … […]	Financiranje GRS je dobro urejeno	Pravna ureditev	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
F113	[…] Izobraževanje je čudn […]	Izobraževanje na zvezi niso urejena	Kvaliteta dela	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
F114	[…] ampak nej bi ga počas predelal … […]	V pričakovanju dobrih sprememb	Pravna ureditev	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
F115	[…] Največjo zamero mam še zmerej do samga izobraževanje iz strain zveze, ker so nas res zajebaval v glavo. Tisto pač ni bil lih normaln odnos. […]	Na zvezi nimajo dobrega odnosa do GRS-jevcev	Nedosežena pričakovanja	Pričakovanja	Izzivi v GRS
F116	[…] Pa niti nisem edini s takimi izkušnjami in dostkrat preseže neko mejo zdravga. Res so občasno spopadi egota in tekma kdo bo koga bl zajebaval no […]	Na zvezi nimajo dobrega odnosa do GRS-jevcev	Nedosežena pričakovanja	Pričakovanja	Izzivi v GRS
F117	[…] Pa glede zveze meje nimamo dost točn določene, predvsem kje kdo rešuje. Pr ns je mal zmede in to bi mogla zveza uredit […]	Nedoseldno določene meje za interviranje posameznega društva	Pravna ureditev	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
F118	[…] Enkrat sem žou mogu bit na upravnem odboru od zveze in komunikacija je lahko v vsaki gostilni bolša, kokrt je bla tm […]	Medsebojna komunikacija na zvezi izjemno slaba	Kvaliteta dela	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
F119	[…] Zdej glede službe mam jest delodajalca, k je dost velika firma in me ne pogrešajo in mi ne težijo […]	V službi nima težav		Služba	Izzivi v GRS
F120	[…] Privatniki pač nimajo pol plače […]	Samozaposlene osebe v primeru intervecije ostanjo brez prihodka	Pravna ureditev	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
F121	[…] pr ns je dost takih. To ni najbolš ane. […]	Najlažje je imeti s. p., ker je najmanj usklajevanja		Služba	Izzivi v GRS
F122	[…] Sej nekej so zdej prpravl za nočen počitek, ampak so pogoji dost specifični in če nisi lih v teh mejah,	Stroga pravila za upravičenost do pravic	Pravna ureditev	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS

	pol ti pač ta počitek ne pripada […]				
F123	[…] Men je pa škoda dajat ure pa dopust za intervencijo […]	Za GRS koristijo dneve namenjene dopustu	Pravna ureditev	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
F124	[…] In nisem sposoben po celonočnem reševanju bit zjutrej na šihtu. To pač ne gre […]	Za GRS koristijo dneve namenjene dopustu	Pravna ureditev	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
F125	[…] En velik problem je Brnik, ker pozim večino dni ni primeren za vzlet in toj kr slabo […]	Neustrezna lokacija vzletne točke reševalnega helikopterja		Slabi društveni prostori	Izzivi v GRS
F126	[…] In zanč je bil avtrijsk helikopter hitrej kele, kokrt bi pa nš prletu z Brnika, če bi lahko […]	Avstrijski helikopterji imajo lažji dostop do nekaterih naših gora, kot slovenski v primeru megle		Slabi društveni prostori	Izzivi v GRS
F127	[…] Rabil bi dodatne baze … […]	Potreba po dodatnih GRS bazah	Možnosti za izboljšanje	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
F128	[…] Zdej moja izkušnja je, da sem šu do tega našga psihologa ene dva mesca po uni intervenciji […]	Do zaupnika šel dva meseca po intervenciji		Zaupniki	Psihosocialna pomoč in podpora
F129	[…] Kr en cajta tud pol nisem plezou […]	Izkušnja vplivala na vsakdanje življenje		Samopomoč	Psihosocialna pomoč in podpora
F130	[…] nisem mogu bit čist pr seb […]	Ni se počutil normalno		Samopomoč	Psihosocialna pomoč in podpora
F131	[…] Pa ni blo nekej tacga d bi kej težga razlagou, sam razložu mi je, kako sploh funkcionira ta proces soočanja s smrtjo v takih primerih […]	Zaupnik mu je razložil proces soočanja s smrtjo na intervencijah		Zaupniki	Psihosocialna pomoč in podpora
F132	[…] Pa da kar se men dogaja, da je čist normaln in zame je to predvsem tko pomirjujoče doloval. Me je pomiru, razložu mi je […]	Zavedanje, da kar doživlja, je normalno		Zaupniki	Psihosocialna pomoč in podpora
F133	[…] dal tud svoje primere. Ker on je bil generacija z Zaplotnikom in je izkušnje z njegovo smrtjo povedou […]	Lažje je predelovati stvari z ljudmi, ki imajo podobne izkušnje		Zaupniki	Psihosocialna pomoč in podpora
F134	[…] Dal mij vedt, da ti neprijetni občutki so normalna zadeva da trajajo nekej cajta […]	Zavedanje, da kar doživlja, je normalno		Zaupniki	Psihosocialna pomoč in podpora

F135	[…] Bi mi res prou pršlo, če bi to že prej slišou … […]	Obžalovanje, da je GRS tako zaprt in ni že prej slišal tolažbe		Izzivi psihosocialne pomoči in podpore	Psihosocialna pomoč in podpora
F136	[…] Pač jest zase vem, da nisem bil psihično prpravlen na tako intervencijo, kakršna je pol pač bla […]	Psihična nepripravljenost na težke intervencije		Stres med intervencijo	Psihosocialna pomoč in podpora
F137	[…] Definitivno bi me podoben dogodek tud zdele pretresu […]	Psihična nepripravljenost na težke intervencije		Stres med intervencijo	Psihosocialna pomoč in podpora
F138	[…] ampak bi vrjetn znal lepš sam do sebe reagirat. Se neb vase zapru, pa se izogubou stvarem k so ble s tem povezane […]	Danes bi reagiral drugače		Samopomoč	Psihosocialna pomoč in podpora
F139	[…] Mi je res terapevt dal vedt, da je to na začetk to res zlo običajn […]	Zavedanje, da kar doživlja, je normalno		Zaupniki	Psihosocialna pomoč in podpora
F140	[…] Pa menda d pr njihovmu GRS je kr stalna praksa, da se večkrat pogovarjajo s pripravniki. […]	Na postaji so vedno pripravljeni pomagati		GRS skupnost	Psihosocialna pomoč in podpora
F141	[…] Pa d je pogosto tud praksa, da če ne prej, pride po intervenciji in se dol usedejo in predebatirajo kar se je dogajal […]	Debata na pijači po koncu intervencije je dragocena		GRS skupnost	Psihosocialna pomoč in podpora
F142	[…] To recimo bi pr ns lahko kr fajn izboljšal […]	Lokalna GRS ni preveč odprta za novosti	Možnosti za izboljšanje	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
F143	[…] sploh ker mamo dost novih in se mogoče še niso srečal s kero res težko akcijo ane […]	Novincem bi zelo koristila priprava na psihične posledice nesreč na reševalce	Kvaliteta dela	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
F144	[…] Res se pr ns zlo mal oz. premal pogovarjamo o temu […]	Nezadostna podpora znotraj GRS	Nedosežena pričakovanja	Pričakovanja	Izzivi v GRS
F145	[…] Že med mojimi prvimi intervencijami sem mu opravka s smrtno žrtvijo, samo takrat na srečo sploh nisem vedu, kaj se dogaja. Sem bil čist zgublen […]	Psihična nepripravljenost na težke intervencije		Stres med intervencijo	Psihosocialna pomoč in podpora
F146	[…] Ampak vem tud, da za to isto akcijo ma en soreševalc še dons probleme, pa se nekak ne pogovarjamo s temu […]	Na postaji imajo soreševalci psihične posledice, vendar se z njimi nočejo spopasti		GRS skupnost	Psihosocialna pomoč in podpora

F147	[…] Pa ta kolega, k me je prpelou do GRS, nm je razlagou da k so eno mejhno punčko oživlal, pa d je rabu kr dolg d je k seb pršu […]	Deljenje izkušenj med reševalci		GRS skupnost	Psihosocialna pomoč in podpora
F148	[…] Traja … […]	Nezadostna podpora znotraj GRS	Nedosežena pričakovanja	Pričakovanja	Izzivi v GRS
F149	[…] Lahko bi mel neki, vsaj na naši postaji, k tega res ni […]	Lokalna GRS ni preveč odprta za novosti	Možnost za izboljšanje	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
F150	[…] Bi mogl met neko večje zavedanje, da so psihološke posledice […]	Psiholoških posledic ne smemo zapostavljati	Kvaliteta dela	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS
F151	[…] Mogl bi v akcijah k so hude nesreče pa sploh če so zraven mladi reševalci, da se prož psihologe […]	Potrebno poskrbeti predvsem za pripravnike po težkih akcijah		GRS skupnost	Psihosocialna pomoč in podpora
F152	[…] Eni GRS vem d prožjo po zahtevnih intervencijah in majo pol kr skupinsko oz. posamezno po potrebi […]	Druženje po intervenciji je velik razbremenilni faktor		GRS skupnost	Psihosocialna pomoč in podpora
F153	[…] Sej uni jagri pa pač vrjamem, d so navajen vidt mrtve žvali pa so pol tud tega bl navajen […]	Nekateri so navajeni krvavih prizorov		Druge oblike pomoči	Psihosocialna pomoč in podpora
F154	[…] Keri naši tastari pa ne vem če bi zares razumel namen te psihološke pomoči ane. […]	Starejša generacija ne razume psihološke pomoči	Komunikacija	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS
F155	[…] Je pa tud pr men doma tko, da sem se kr hiter mal zapeu, ker so proti temu alpinizmu in reševanju in ne dojamejo […]	Družina ne razume želje po delu v GRS in temu nasprotuje		Družina	Izzivi v GRS
F156	[…] pol rajš zamolčim. Niso v temu svetu gor zrastl in ne poznajo […]	Z družino ne govori veliko o prostovoljstvu		Družina	Izzivi v GRS
F157	[…] Pol ker sm itak tok v GRS-ju so to tud moj krog ljudi in se prekriva svet kolegov in reševalcev in s to družbo pol debatiramo […]	Pogovor s prijatelji		Prijatelji	Psihosocialna pomoč in podpora
F158	[…] Če niso lih reševalci, so pa skor gutov vsaj plezalci. […]	Večina prijateljev je v GRS oz. so plezalci		Prijatelji	Psihosocialna pomoč in podpora

F159	[…] Je res d pr seb zmerej bl opažam, da ratujemo zmerej bl sam ena rutina. Zelo rutinsko in zlo tehnično gledamo na nesrečo […]	GRS delo postaja vedno bolj rutinsko		Samorefleksija	Priložnosti za vključitev socialnega dela
F160	[…] Sej se potrudmo za ponesrečenca, lahko bi se kdaj bl […]	Lahko bi se bolj potrudili za ponesrečenca		Samorefleksija	Priložnosti za vključitev socialnega dela
F161	[…] Sploh k maš določene reševalce, k tega ne dojamejo, da ni glih najbl važn sam to da ga čimprej dol spravš … […]	Nekateri reševalci delo opravljajo zelo mehansko		Individualni pristop	Priložnosti za vključitev socialnega dela
F162	[…] Se pa pomoje z mlajšimi generacijami tud to počas popravla. Saj na naši postaji to mal opažam. Smo mlajši mal bl dovzetn do tega, da ni lih važn sam to, da hiter podelaš in je to to. […]	Mlajše generacije se bolj zavedajo pomembnosti ustreznega pristopa do poškodovanca		Individualni pristop	Priložnosti za vključitev socialnega dela
F163	[…] Ena taka stvar bi bla sigurn komunikacija s ponesrečencem. Kako pač ustrezno z njemu komunicirat […]	Pomankljivo znanje o komunikaciji s ponesrečencem		Izobraževanje o komunikaciji	Priložnosti za vključitev socialnega dela
F164	[…] Ker je res dobr, kokrt maš na intervenciji enga reševalca, k ma cajt pa dj umirjen in d razlaga, kaj se dogaja, kako se dogaja, kaj bo poj […]	Ponesrečencem veliko pomeni, da jim nekdo razloži, kaj se dogaja		Individualni pristop	Priložnosti za vključitev socialnega dela
F165	[…] Ker maš pa tud intervencije, k pride živčna ekipa in ga pobere in odpele ane. So določene stvari k so sam furjaste pa nč drujga. […]	Nekateri gledajo le na hitrost		Individualni pristop	Priložnosti za vključitev socialnega dela
F166	[…] Pa ponavad tud v začetku intervencije peša komunikacija med nami. Pač čist te osnove nm pešajo […]	Slaba komunikacija znotraj GRS	Komunikacija	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS
F167	[…] Prideš do postaje in čist zmerej si vsaj mal živčen […]	Adrenalin je stalno prisoten		Stres med intervencijo	Psihosocialna pomoč in podpora
F168	[…] In če pride še ker mal bl živčen, k pol sam divja, pol je mal štale. Pride do problematičnih	Živčnost ekipi ne prinese nič dobrega	Komunikacija	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS

	komunikacijskih šumov, d pozabš opremo, se odpeleš samo s pol opreme […]				
F169	[…] Pač nikol ni situacija točn taka, kokrt si predvidu […]	Nikoli ne veš kaj te čaka		Samopomoč	Psihosocialna pomoč in podpora
F170	[…] pol se zgodi d izpademo šalabajzersko […]	Živčnost ekipi ne prinese nič dobrega	Komunikacija	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS
F171	[…] Komunikacijskih spodobnosti bi reku, da jih nekak nimamo zares […]	Kritično stanje slabih medsebojnih odnosov	Komunikacija	Medsebojni odnosi	Izzivi v GRS
F172	[…] So se ene 30 let nazaj ornk kregal in takrat bi bla fajn tud mediacija za celo postajo […]	GRS bi potrebovala iskren skupinski pogovor s strokovnjakom		Pogovor	Priložnosti za vključitev socialnega dela
F173	[…] zdej je nekak to dost bolš […]	Danes pogovor s strokovnjakom ni nujno potreben		Pogovor	Priložnosti za vključitev socialnega dela
F174	[…] Pa tud z drugmi GRS nismo nekej najbolš kolegi … Skos so neki kregi glede mej in so jih že nekej prerisval in je zmeden ane. In to pol kr traja iz generacije v generacijo. […]	Slabo sodelovanje z drugimi GRS društvi	Kvaliteta dela	Organiziranost GRS	Izzivi v GRS

8.3. Priloga C: Osno kodiranje

Motivacija prostovoljcev GRS

- <u>Želja pomagati drugim</u>
  - Vključitev v GRS zaradi želje pomagati drugim (A1, A13, A51, A60, B2, E4)
  - Neaktivnost v intervencijah (A4)
  - Več prostovoljnega dela, kot zaslužkarskega (A52)
  - Hribi vse bolj dosegljivi širokemu spektru ljudi (B3, E86)
  - Delo v GRS kot povračilo družbi (C7)
  - Dobro uporabiti svoje znanje (D4, E2)
  - Ljubezen do dela v GRS (D28, D29)
  - GRS je zahtevno in konkretno delo (F14)
  - Različni interesi o spremljanju poškodovancev tudi po reševanju (F16)
  - Veliko mu pomeni končna zgodba ponesrečenca (F17)

- <u>Čas namenjen GRS</u>
  - V GRS že kar nekaj let (A2)
  - Alpinisti veliko časa namenijo plezanju in se redkeje odzivajo na intervencije (A16, A18)

- Večja odzivnost ljudi, ki imajo prostočasne aktivnosti v bližini doma (A19)
- Intervencij je preveč, da bi se lahko odzval na vse (A20)
- Služba se pogosto križa z GRS aktivnostmi (B7)
- V starejših letih se ne podaja več na zahtevne reševalne akcije (B11)
- GRS je način življenja (B12, C6, F51, F55)
- Veliko število intervencij (F66)
- Nikoli ne veš koliko časa bo trajala akcija (F67)

- Prostovoljno delo v intervencijskih službah
  - Aktivno vključevanje v prostovoljne aktivnosti že od mladih let naprej (A3)
  - Delo v GRS nima vidnega vpliva na vsakdanje življenje (B10)
  - En človek težko naredi nekaj dobrega za širok krog ljudi (D6)
  - Posamezni glas na volitvah ima zelo omejeno vrednost (D7)
  - Koristnost je lažje najti znotraj lokalnih okolij (D8, D9, D10)

- Ljubezen do gora
  - Ljubezen do hribov obstaja že od mladih nog (B1, D1)
  - Hribi niso preprosti (D2)

- Družba
  - GRS je stična točka s prijatelji (B4, D11, E7)
  - Prijatelji si delijo hobije in pogled na svet (D12, D13)
  - GRS kot druga družina (D14)
  - Druženje ob aktivnostih tudi izven GRS aktivnosti (D31, F26)
  - Dobro je delati v skupnosti, ki ima podobne interese (E6)
  - Prijatelj GRS-jevc ga je navdušil za prostovoljstvo (F1)
  - Prijatelju se je zdel primeren za GRS-jevca (F2)
  - Prijatelj ga je dlje časa vabil v vrste GRS (F5)
  - GRS-jevci se izven reševalskih aktivnosti ne družijo veliko (F18)
  - Po intervencijah se običajno podružijo (F19)
  - Druženje preko skupnega dela (F20)

- Lastna ranljivost
  - Če hodiš v hribe, obstaja možnost, da boš nekoč potreboval pomoč GRS (D3, D5)

- GRS-jevci v družini
  - Že od malih nog z družino zahajali v hribe (C1)
  - Gorski reševalci segajo že tri rodove nazaj v družini (C4)
  - Nadaljevanje družinske tradicije (C5)
  - Nekaj prednikov so bili alpinisti (F4)

- Plezanje
  - V mladih letih začel s plezanjem (C2, F3)

- Druge bonitete

- Zdravniki so bolj pozorni, ko nekdo reče, da je GRS (B5)
- GRS omogoča različne vrste ugodnosti (B6)

- Psihološki odziv v zahtevnih okoliščinah
  - Večina ljudi ob stresnih situacijah težje reagirajo (A5)
  - Povišana funkcionalnost v stresnih situacijah (A6, A12)
  - Dobro funkcioniranje pod pritiskom (A7)
  - Kot alpinistka v nevarnem svetu pod pritiskom dobro funkcionira (E9)

- Rokovanje z zahtevnim gorskim svetom
  - Zanimanje in začetek alpinizma (A8, C3)

- Pristop v GRZS
  - Odločitev za prijavo v GRS (A9, F6, F13)
  - Nezahtevni pogoji za pristop v GRS (A14, F38)
  - GRS bolj dostopen novim interesentom (A15)
  - Zahtevni pogoji za pristop v GRS (D15, E8)
  - Kljub vsemu gre za prostovoljno delo (D22)
  - Alpinisti ob pristopu v GRS že imajo veliko praktičnega znanja (D60, E1)
  - Specifike se dodatno naučiš (D61)
  - Pogoj biti alpinist se po dogovoru lahko spregleda (E10)
  - Pogoje je treba v nekem času izpolniti, ker s tem dokažeš zanesljivost (E11)
  - Društvo novince takoj sprejme v vse svoje aktivnost (E39, E58)
  - Prve aktivnosti v GRS (F7)
  - Predpripravniško obdobje ni bilo prezahtevno (F8)

- Spreminjanje
  - **Negativno spreminjanje**
    - Okoliščine v GRS silijo v egoizem (A25, A27)
    - Egoizem priučen v GRS (A26)
  - **Pozitivno spreminjanje**
    - Imeti življenjski smisel je privilegij (A117)
    - Pridobil nove prijatelje (D30, D32)

Izzivi v GRS

- Pričakovanja
  - **Nedosežena pričakovanja**
    - V GRS že od začetka ni bilo vse po pričakovanjih (A10)
    - Nejasna organizacija za pristop v GRZS (A11)
    - Neobsojanje (A17)
    - Lokalna GRS skupnost ni povezanja (A21)
    - Razočaranje (A24, A31, A32, A33, A37, A41)
    - Vzgojen v luči medsebojne pomoči (A28)
    - Nezadostna podpora znotraj GRS (A29, F144, F148)
    - Težki začetki (A30)

        - GRS si je predstavljal kot bolj povezano družbo (A100)
        - GRS je aktiven le med intervencijami (D17)
        - Niso vsi v GRS zaradi želje pomagati drugim (F15)
        - Na zvezi nimajo dobrega odnosa do GRS-jevcev (F115, F116)
        -
    - **Dosežena pričakovanja**
        - Intervencijski odziv je zelo dober (A34, D25)
        - Na intervencijah ni medosebnih težav (A42, A43)
        - S tujci komunicirajo tisti, ki znajo angleško (B27)
        - Reševalci se med seboj poznajo in vedo, kdo prevzame določene naloge (D69, F98)
        - Izkušnja GRS ni pokazala pomanjkljivosti (E66)
        - Potrebno mednarodno sodelovanje (F35)
        - Tehnično obvladajo področje (F102)
        -

- <u>Medsebojni odnosi</u>
    - **Zaupanje**
        - Zaupanje je v organizaciji ključnega pomena (A22)
        - Skupaj izpostavljeni visokim tveganjem (A23)
        - Težki medsebojni odnosi v GRS (A38, A40, A101)
        - Večini ljudi snemanje akcij ni po godu (A142)
        - GRZS-ja pri delu ne upoštevajo kaj dosti (F40)
        - Neradi imajo stike z zvezo (F42)
        - Vodje zveze ne razumejo situacije vaške postaje (F46)
        - Nekateri reševalci niso zanesljivo odzivni (F47)

    - **Komunikacija**
        - Slaba komunikacija znotraj GRS (A35, A47, A62, F166)
        - Potrata časa (A36)
        - Težke intervencije praktično lažje kot slabi medsebojni odnosi (A39)
        - Kritično stanje slabih medsebojnih odnosov (A44, A127, F171)
        - Delo v GRS terja veliko fizičnega in psihičnega napora (A45)
        - Slaba komunikacija terja nepotrebne proste dni prostovoljcev (A48)
        - Nekateri GRS-jevci so naduti (A49)
        - Vsa potlačena čustva nekoč pridejo na plano (A136)
        - Posameznik lahko negativno vpliva na ostalo skupino (A137)
        - Pametni so pogosto tisti, ki jih sicer nikjer ni (A144)
        - Vodje zveze ne razumejo situacije vaške postaje (F43, F45)
        - GRS društva si očitajo nekompetentnost (F87)
        - Je potrpežljiv in nekonflikten (F109, F111)
        - Starejša generacija ne razume psihološke pomoči (F154)
        - Živčnost ekipi ne prinese nič dobrega (F168, F170)

- <u>Dolžnosti prostovoljstva</u>
    - Predanost vlogi GRS-jevca (A46, A55, A59, A61, D23, D26, F105)
    - GRS vzame zelo veliko časa (A50, D18, D19, D21, D27, E32)
    - Sprejemanje vloge GRS-jevca (A63)
    - Za reševalno delo ves čas trenira, da bi bil v tem res dober (A64, A67)

- Zavračanje negotovosti in dvomov v nastalih situacijah (A65)
- Za GRS je potrebno ves čas nabirati izkušnje (A66, A68)
- Člani GRS morajo ves čas znati potrebna znanja (B21)
- Za GRS je potrebno ves čas nabirati izkušnje (B22)
- Če nimaš pogojev, se na intervencijo ne odzoveš (D24)
- Nekateri ponesrečenci ne znajo pokazati hvaležnosti (E5, F110)
- Sodelovanje v akcijah le za to, da se dobijo sredstva, ni reševalcem po godu (E27)
- Delo na terenu, kjer se drugi ne morejo več znajti, je vstopna točka za delo GRS (E28, E30)
- Nenevaren teren lahko laiki pospravijo (E29)
- Na intervencijah se pričakuje dosledno upoštevanje vodje akcije (E61)
- Načelnik je dolžan komunicirati z zvezo (F41)
- Točno je vedel, kaj je treba narediti (F106)

- Čas, ki ga terja prostovoljstvo
  - Prostovoljstvo zasede večji del prostega časa (A53, A54, B8, C12, D16, E38)
  - Službe ne smeš zanemariti (B9, D74)
  - Težko usklajevanje življenja družine, službe in GRS (C8, C9)
  - Denar rabiš, da preživiš, denar dobiš v službi (C10)
  - Akcije jemljejo čas v službi ali čas z družino (C11)
  - Zaradi prevelikega števila intervencij si ne morejo privoščiti skupnih izletov (F24)
  - Vsakih nekaj let jim uspe kam skupaj it (F25)
  - Ves čas biti v pripravljenosti (F52, F57, F58)
  - Prostočasne aktivnosti so prilagojene delu GRS (F53, F54, F56)

- Organiziranost GRS
  - **Pravna ureditev**
    - Ostale funkcije v reševalni ekipi so plačane (A56)
    - Zakrivanje plačne vsote (A57)
    - Ni pošteno, da so nekatere funkcije plačane in druge ne (A58)
    - Status gorskega reševalca ni ustrezno pravno urejen (C28, E13, E14)
    - Delavec gorski reševalec pri delodajalcu ni ustrezno zavarovan (C29, C31)
    - Pravna ureditev tudi do delodajalcev ni ustrezno urejena (C30)
    - Za GRS koristijo dneve namenjene dopustu (C32, F123, F124)
    - Samozaposlene osebe v primeru intervecije ostanjo brez prihodka (D59, E18, F120)
    - Zakonodajni del upočasnjuje spremembe (D72, D75)
    - Odprta vrpašanja glede odgovornosti (E19, E20, E22)
    - Društvo odvisno od finančnih sredstev občin (E26, E31)
    - Za prekrške na cesti med intervencijo so odgovorni vozniki, pri politikih pa nimajo te odgovornosti (E52)
    - Nedoseldno določene meje za interviranje posameznega društva (F36, F117)
    - Financiranje GRS je dobro urejeno (F112)
    - V pričakovanju dobrih sprememb (F114)
    - Stroga pravila za upravičenost do pravic (F122)

- **Kvaliteta dela**
  - Organizacija je dobra (A94)
  - Odziv kljub vsemu zelo hiter (A99, E37)
  - GRS opravlja kvalitetno delo (B18, C24)
  - Reševalec ima dobro in natančno pripravništvo (C25)
  - Približanje GRS mlajšim generacijam (E33)
  - Tri pripravniška leta (E56)
  - GRS redno vadi potrebna znanja za akcije (E59)
  - Reševalec ima v pripravniški dobi mentorja)E60)
  - Za vodstvene funkcije so potrebna dodatna usposablanja (E64)
  - Zaposleni v pisarni sta dobro odzivni (E67)
  - Sodelovanje z drugimi prostovoljnimi društvi (E77)
  - GRS ima premalo vaj (F10)
  - Aktivnih članov ni veliko, intervencij je veliko in zmanjka časa in volje za vaje (F11)
  - Se trudijo za kvalitetno pripravništvo (F12, F143)
  - Člani dobro uspodobljeni za akcije (F31)
  - GRS ima premalo vaj in ni alpinistično močan (F44)
  - Razlikovanje med mestnimi in vaškimi GRS društvi (F59)
  - Mestni GRS nimajo težav s podmladkom (F60)
  - Vaške imajo komaj zadosti članov (F61)
  - Mestna GRS društva imajo redko vertikalen teren (F62)
  - Izobraževanje na zvezi niso urejena (F113)
  - Medsebojna komunikacija na zvezi izjemno slaba (F118)
  - Psiholoških posledic ne smemo zapostavljati (F150)
  - Slabo sodelovanje z drugimi GRS društvi (F174)
- **Možnosti za izboljšanje**
  - Konstanten trud za izboljšave (A95)
  - Nekatere akcije zahtevajo takojšnji odziv, nekatere dopuščajo prostor za razmislek (A96)
  - Pogosto bi bil skupen prevoz bolj smiselen (A97)
  - Fizična razdalja služb onemogoča jasna in takojšnja navodila za intervencijo vsem reševalcem hkrati (A98)
  - GRZS prepoveduje razlaganje o reševalnih akcijah zunanjim ljudem (A119)
  - Nestrinjanje z GRZS (A120)
  - Lokalna GRS ni preveč odprta za novosti (A134, F142, F149)
  - Snemanje nesreč z namenom izboljšanja reševanja (A141)
  - Iz video posnetkov se lahko veliko naučimo (A143, A145, A146)
  - GRZS je velika organizacija (D70)
  - Spremembe prihajajo počasi (D71)
  - Razlikovanje papirja in prakse (D73)
  - Potreba po dodatni pravni zaščiti (E24)
  - Člani ne vedno veliko o dogajanju po končanih akcijah (E65)
  - V GRS vabijo iz drugih koncev Slovenije, kar povzroča slabo voljo (F64)
  - GRS bi se morala vsaj za nekatere lokacije profesionalizirat (F65)
  - Potreba po dodatnih GRS bazah (F127)

- Odgovornost

- Odgovornost zase, ostalo reševalno ekipo in za ponesrečence (A69)
- Pritisk ob odgovornosti za varnost ostale ekipe (A73, A75)
- Varnost reševalcev (C20, E54)
- Reševalci so izpostavljeni in lahko pride do tožbe (E21)
- Odgovornost večja za vodje akcij in vaj (E23)
- Krivda se prevzame v primeru resnih malomarnosti (E25)
- Za prekrške na cesti med intervencijo sama odgovarja (E43, E51)

- Nevarno delavno okolje
  - Zahteven teren predstavlja velika tveganja, ki jih obvladaš šele z vajo (A80, A81, A90)
  - Reševalec ni dolžan tvegati lastnega življenja (A92, A93)
  - Vonj velik faktor pri reševanju (A104)
  - Klasično reševanje večkrat prezahtevno za večino GRS postaj (F33)
  - Zimske razmere zelo otežujejo reševanja (F85)
  - GRS-jevci se zavedajo tveganj, ki jih prinašajo zimske razmere (F86)
  - Pomembno je znanje in ne naziv (F89, F90)

- Izkušenost
  - Za dobro delo v GRS so potrebne izkušnje, šola ni dovolj (A89, A91, B19, B20, C26)
  - Ni se še srečal s težjimi intervencijami (D33, D40)
  - Plezalni del reševalnih akcij je cona udobja (D67)
  - Vsak ima svoje področje, ki mu je bolj domače (D68, F100)
  - Ni veliko razmišljala o izzivih in obremenitvah v GRS (E12)
  - Na začetku si v dvomih ali prav ravnaš, to se odpravi s kilometrino (E49)
  - Pripravnikov nekatera društva ne pustijo na vse aktivnosti (E57)
  - Na začetku strah pred veliko informacijami (E62)
  - Na terenu so stvari bolj oprijemljive (E63)
  - Največ se naučiš na pogostih intervencijah (F9)
  - Preko prakse spoznaš teren in tehnike, kar ti koristi na sledečih akcijah (F103)

- Služba
  - Delodajalci niso vedno zadovoljni z odsotnostjo GRS-jevcev (C13)
  - Intervencije ne vplivajo na delavni čas v službi (D56)
  - Vsak se posamezno dogovarja z delodajalci (D57, E15)
  - Najlažje je imeti s. p., ker je najmanj usklajevanja (D58, F121)
  - Delodajalec dobi neko nadomestilo (E16)
  - Nadomestilo ni dovolj, saj odsotnost lahko vpliva na številna druga delavna mesta (E17)
  - V službi nima težav (F119)

- Družina
  - Družini ni prav, da je oče toliko odsoten zaradi GRS (C14)
  - Družina trpi zaradi očetove odsotnosti (C15)
  - GRS vzame zelo veliko časa, ki bi bil sicer namenjen družini (D20)

- Brat misli, da so vsi GRS-jevci egoisti (E3)
- Družina ne razume želje po delu v GRS in temu nasprotuje (F155)
- Z družino ne govori veliko o prostovoljstvu (F156)

- Prva pomoč
  - Znanje prve pomoči je obvezno (B23, B24)
  - Velika raznolikost poškodb (D34)
  - Prva pomoč je svoja veja potrebnega znanja (D62)
  - Nikoli ni imel poklicno opravka s prvo pomočjo (D63, D65)
  - Tečaj ni dovolj, potrebna tudi praksa (D64, D66)
  - GRS začetnike pošlje na tekmovanje iz prve pomoči (E47)
  - Slabo prenaša krvave prizore (F94)
  - On skrbi za tehnični del prve pomoči (F99, F101)

- Jezik
  - Ne zna angleško in posledično težko komunicira s tujci, ki potrebujejo pomoč (B25)
  - V svojih letih se ne bo učil angleščine (B26)

- Slabi društveni prostori
  - Prostori, kjer se shranjena oprema in avtomobili, niso primerni za GRS (D76, E35, E68)
  - Slabe prostore rešujejo dobrodušni sosedje (D77, D79)
  - Gasilci in GRS pravno nimajo veliko skupnega (D78)
  - Zaradi mraza niso morali zagnati avtomobila in odhiteti na akcijo (D80, E36)
  - Ustrezne prostore bi morala zagotoviti država (D81)
  - Neustrezna lokacija vzletne točke reševalnega helikopterja (F34, F125)
  - Avstrijski helikopterji imajo lažji dostop do nekaterih naših gora, kot slovenski v primeru megle (F126)

- Majhna skupnost
  - Vaščani se vsi med seboj dobro poznajo (F27)
  - Postaja ni bila nikoli alpinistično močna (F28)
  - Glavni izziv je pridobivanje reševalskega podmladka (F29)
  - GRS postaja je odvisna od majhnega števila aktivnih posameznikov (F30, F32)
  - Nekatera društva imajo še večjo kadrovsko stisko (F37)
  - Poskušanje aktiviranja vseh ustreznih fantov za GRS v vasi (F39)
  - S poostrenimi pogoji bi se v GRS vključilo še manj ljudi (F88)

- Sprejemanje žensk
  - Ženske na v GRS društvu niso dobrodošle (F48)
  - V vasi so potencialne kandidatke za reševalke v GRS (F49)
  - Izločitev ženskega spola je velika napaka (F50)

Psihosocialna pomoč in podpora

- Stres med intervencijo
  - Med intervencijo stres ni prisoten (A70, B13, D35, D39)
  - Do neke mere je stres na intervencijah samoumeven (A71, E45)
  - Stres ne sme biti razlog, da ne opraviš naloge (A72)
  - Manj stresno je skrbeti le za svojo varnost (A74)
  - Odločno delovanje v ključnem trenutku (A76)
  - Reševanja so bila stresna zaradi pomanjkanja izkušenj (B14)
  - Z izkušnjami se je stres zmanjšal (B15)
  - Pričakoval, da bo bolj stresno (D36)
  - Razmere v gorah niso predmet dvoma (D42, D46)
  - Adrenalin je stalno prisoten (E41, F167)
  - Tesnoba prisotna, ko še ni pridobila ustreznega znanja prve pomoči (E46)
  - Iskalne akcije so vedno melanholične (F68)
  - Iskalne akcije imajo zelo redko srečen konec (F69)
  - Strah pogosto prisoten na intervenciji (F70)
  - Psihična nepripravljenost na težke intervencije (F75, F136, F137, F145)
  - Nevihte predstavljajo velik stres (F80 F81, F83)
  - Nevihte niso nikomur prijetne med intervencijo (F82)
  - Med seboj so si reševalci različni (F107)
  - Nekateri so na intervencijah zelo nervozni (F108)

- Samopomoč
  - Na poti do ponesrečenca se v mislih pripravi na možne izide (A77, A79)
  - Nikoli ne veš kaj te čaka (A78, D41, D43, D44, D45, F169)
  - Dobro poznati lastne meje (A87, F96)
  - V veliko pomoč je spremljanje in poznavanje samega sebe (A109, A110)
  - Stres v privatnem življenju vpliva na delo v GRS (A111)
  - Odpovedal se je družini, da se je lahko bolj posvetil svojemu poslanstvu v GRS (A112)
  - Z izkušnjami se stres zmanjšuje (A115)
  - Ko vidiš smrt, se bolj zavedaš, kaj ima smisel v življenju (A116)
  - Stvari ne smeš zadrževati v sebi (A122)
  - Duhovni svet pozitivno vpliva na njegov stres (A130)
  - Med intervencijo ne pusti čustev blizu (C18)
  - Fokus je na nalogi in ne na čustvih (C19)
  - Ob pozivniku zavlada panika (E42)
  - Hitenje na cesti ni nikomur v pomoč (E44)
  - Izogibanje nevarnim zimskim razmeram, zaradi zavedanja o tveganju (F84)
  - Izkušnja vplivala na vsakdanje življenje (F129)
  - Ni se počutil normalno (F130)
  - Danes bi reagiral drugače (F138)

- Stiska soreševalca

- Še ni bil priča stiski soreševalca (A82, D48, E55, F91)
- Mimika izda notranjo grozo reševalcev (A83)
- Reševanje mora potekati dalje, lahko v reorganizirani obliki (A84, A88, E53)
- Večinoma so reševalci izkušeni ljudje (A85)
- Komur je delo preveč stresno, ne hodi več na zahtevne akcije (A86)
- Nudi pomoč po najboljših močeh (B16)
- Situacijo poveže z zdravnikom, ki da navodila za nadaljevanje (B17)
- Najpomembneje je umiriti soreševalca v stiski (C21, F93, F95)
- Potrebno poskrbeti za soreševalčevo varnost (C22, C23)
- Bolj izkušeni pazijo na manj izkušene (D47, F104)
- V hitenju na intervencijo so imeli skoraj prometno nesrečo (E50)
- Potreba po soreševalčevi pomoči (F92)
- Za ponesrečenca je bolje, da ima ob sebi mirne ljudi (F97)

- Zaupniki
  - Za hude intervencije imajo GRS-jevci na voljo zaupnike za pogovor (A102, D81, F72)
  - Lažje je predelovati stvari z ljudmi, ki imajo podobne izkušnje (A105, F133)
  - Nikoli še ni potreboval pomoči zaupnikov (A107, E69)
  - Zaupniki so ves čas na razpolago za pogovor (C33)
  - GRS zaupniki so nekateri poklicni psihologi in aktivni člani GRZS (D51)
  - GRS zaupniki hodijo na intervencije in imajo izkušnje dela na terenu (D52)
  - Zaupniki so usposobljeni za pogovore z GRS-jevci (D83)
  - Potrebe po dodatni pomoči še ni bilo (D86)
  - Nekoč pa morda pride dodatna pomoč prav (D87)
  - Na skrivaj je koristil pomoč zaupnikov (F73)
  - Do zaupnika šel dva meseca po intervenciji (F128)
  - Zaupnik mu je razložil proces soočanja s smrtjo na intervencijah (F131, F134, F139)
  - Zavedanje, da kar doživlja, je normalno (F132)

- Izzivi psihosocialne pomoči in podpore
  - Če zaupnik še ni izkusil težke reševalne akcije, težko razume reševalce, ko predelujejo svoja doživljanja (A103, A106)
  - Nepoznavanje področja pomoči in podpore (B28)
  - Psihosocialna pomoč je na društvu tabu tema (F71)
  - Pomankljiva priprava na psihološke posledice nesreč za reševalce (F77)
  - Obžalovanje, da je GRS tako zaprt in ni že prej slišal tolažbe (F135)

- GRS skupnost
  - V GRS je dovolj članov, ki so se pripravljeni pogovarjati (A118)
  - GRZS poskrbi za potrebe svojih članov, če ti potrebujejo pomoč (B29, C34, D50)
  - Med akcijo so ob tebi še drugi soreševalci (D37)
  - Zaupanje znotraj GRS (D38, D85)
  - Znotraj GRS se veliko pogovarjajo o dogajanju na terenu (D49)

- Debata na pijači po koncu intervencije je dragocena (D53, D54, D55, E72, E73, F141)
- Na GRS postaji se veliko pogovarjajo o doživetem (D84)
- Novinci na akcijah niso nikoli sami (E40)
- Na postaji so vedno pripavljeni pomagati (E48, F 140)
- Druženje po intervenciji je velik razbremenilni faktor (E74, F152)
- Sestanki enkrat mesečno (F21)
- Starejša generacija reševalcev se druži na dnevni bazi (F22)
- Mlajše generacije preživijo skupaj manj časa (F23)
- GRS-člani prezirajo možnost psihološke pomoči (F74)
- Nekatere GRS postaje aktivno delajo na ozaveščanju in odpravlanju psiholoških posledic (F78)
- GRS društvo ne gradi na ozaveščanju in odpravlanju psiholoških posledic (F79)
- Na postaji imajo soreševalci psihične posledice, vendar se z njimi nočejo spopasti (F146)
- Deljenje izkušenj med reševalci (F147)
- Potrebno poskrbeti predvsem za pripravnike po težkih akcijah (F151)

- Prijatelji
  - Stvari moraš dati ven iz sebe ljudem, ki te poznajo in jim zaupaš (A121, A123, A124)
  - Sproščena druženja s prijatelji ob pijači odpirajo prostor za razbremenilen pogovor (B31)
  - Pogovor s prijatelji (E70, F157)
  - Večina prijateljev je v GRS oz. so plezalci (F158)

- Humor
  - Humor na zahtevnih intervencijah pozitivno vpliva na počutje reševalcev (C16, C17)
  - Humor zmanjšuje stres (E75)
  - Humor ni sporen način za zmanjševanje stresa (E76)

- Strokovna pomoč
  - Psihologi znajo pomagati za notranje stiske (B30)
  - Psihologi so imeli neka predavanja (E71)

- Druge oblike pomoči
  - Predelava stresa odvisna od načina življenja (A108)
  - Joga zmanjšuje stres (A113)
  - Branje dobrih in koristnih knjig (A114)
  - Nekateri so navajeni krvavih prizorov (F153)

Priložnosti za vključitev socialnega dela

- Pogovor
  - GRS bi potrebovala iskren skupinski pogovor s strokovnjakom (A125, A128, F172)
  - Socialni delavci so najbrž usposobljeni za predelavo težjih intervencij (B33)
  - Danes pogovor s strokovnjakom ni nujno potreben (F173)

- Samorefleksija
  - Zavedanje o lastnih šibkih točkah (A126)
  - Najprej je potrebno imeti pri sebi stvari na pravem mestu, šele nato se lahko rešujejo problemi v skupini (A135)
  - GRS delo postaja vedno bolj rutinsko (F159)
  - Lahko bi se bolj potrudili za ponesrečenca (F160)

- Različni načini sproščanja
  - **Duhovnost**
    - Duhovni svet pozitivno vpliva na stres (A129, A131)
  - **Dihalne vaje**
    - Dobra oblika sproščanja so tudi dihalne vaje in podobno (A133)
  - **Fizični napor**
    - Fizični napor zmanjšuje stres (A132)

- Obisk kraja nesreče
  - Pogosto se svojci na ogledu kraja nesreče ponesrečijo (A138)
  - Obisk kraja nesreče svojcem veliko pomeni (A139)
  - Ni organa, kamor bi se svojci lahko obrnili z želo po obisku kraja nesreče (A140)

- Individualni pristop
  - Nobena akcija ni identična drugi, vsaka je zgodba zase (C27)
  - Nekateri reševalci delo opravljajo zelo mehansko (F161)
  - Mlajše generacije se bolj zavedajo pomembnosti ustreznega pristopa do poškodovanca (F162)
  - Ponesrečencem veliko pomeni, da jim nekdo razloži, kaj se dogaja (F164)
  - Nekateri gledajo le na hitrost (F165)

- Pravice humanitarnih delavcev
  - Pravice humanitarnih delavcev niso dobro urejene (C36)
  - GRZS-ju bi prav prišla oseba, ki bi urejala pravice humanitarnih delavcev (C37)

- Vez s svojci
  - V odnosu med reševalci in svojci je prostor za socialno delo (D90)
  - Zahvale svojcev (D92)
  - Veselje ob zahvali svojcev (D93)

- Izziv s komunikacijo s hčerko ponesrečenega očeta (E79)

- Izobraževanje o komunikaciji
  - Pomanjkljivo znanje o komunikaciji s svojci (E80, E83, F76)
  - Pomanjkljivo znanje o komunikaciji s ponesrečencem (E84, F163)
  - Izobraževanje na temo komunikacije z ljudmi vpletenimi v nesrečo (E85)

- Osebe z motnjo v duševnem razvoju
  - Pomanjkljivo znanje za delo z osebami z motno v duševnem razvoju (E81)
  - V proces dela GRS ni vključeno ničesar, kar bi dajalo smernice za delo z osebami z motnjo v duševnem razvoju (E82)
  - Otrokom s posebnimi potrebami je bila predstavitev GRS zelo zanimiva (E87)

- Brez priložnosti
  - Ni znanja o mestu socialnega dela znotraj GRZS (B32, B34, B35, D89, D91)
  - Občutek, da je pri GRS bolj v vlogi tehnika (D88)
  - Slabo poznavanje dela socialnega dela (E78)