



TÖÖINSPEKTSIOON

Töökeskkonna parimad praktikad
(tööstress ja sellega toimetulek)



Psühholoogilise nõustamise teenus

Ettevõtte: Päästeamet

Parima praktika sihtgrupp: kõik töötajad

Probleem

Päästeteenistujad puutuvad igapäevaselt kokku väga keeruliste sündmuste ja olukordadega nagu inimohvrid ja vigastatud, inimlikud tragöödiad. Lisaks tekitab vaimset pinget pidev valmisolek reageerida, füüsiline oht oma elule ja tervisele, eemalolek lähedastest, vastutus kogukonna turvalisuse ja vara kaitsmisel. Kõik see loob pideva täiendava stressi fooni, mille tulemusena suureneb emotsionaalse läbipõlemise oht. Tööandja peab toetama töötajat traumaatilise ja raske sündmuse järgselt kriisist väljumisel ning esilekerkinud emotsionaalsete pingete maandamisel.

Parima praktika tegevuse kirjeldus

Teema vajalikkus kerkis esile päästekomandodes päästjatega vesteldes, mille tulemusena leiti, et teadlikkuse tõstmine läbi konkreetse plaani aitab suunata töötajaid õigeaegse abini. 2013.a uuriti Sisekaitseakadeemia lõputöö raames päästetöötajate stressi ja sellega toimetulekut Lääne Päästkeskuse näitel. Probleemi aktuaalsusest tulenevalt koostas Päästeamet juhendmaterjali päästeameti töötajatele psühholoogiliselt raskete olukordadega toimetulekuks. Juhendmaterjal annab lühiülevaade tööelus ettetulevatest kriisisituatsioonidest ja käitumisreaktsioonidest, kriisi toimest ja tagajärgedest; käsitletakse psühholoogilise abi põhimõtteid; jagatakse näpunäiteid, kuidas ära tunda kriisi töötajat, kuidas teda aidata, millal ja kust leida täiendavat abi. Lisaks sellele on Päästeamet sõlminud koostöökokkulepped psühholoogidega Eesti erinevates maakondades nii individuaalse kui ka meeskondliku nõustamisteenuse pakkumiseks. Päästkeskustes viidi läbi psühholoogidega koostöös infotunnid, kus tutvustati pakutavaid võimalusi, anti praktilisi juhi-seid stressisümptomite tuvastamiseks. Infotundide eesmärgiks oli positiivne teemakäsitlus, mis aitaks meeskollektiivil paremini mõista nõustamise olemust ning julgustada teenust kasutama. Nõustamisteenusest kirjutati uudiskirjas ja valdkonna väljaandes Häire112, lisaks on koostööpartnerite info kättesaadav siseveebis.

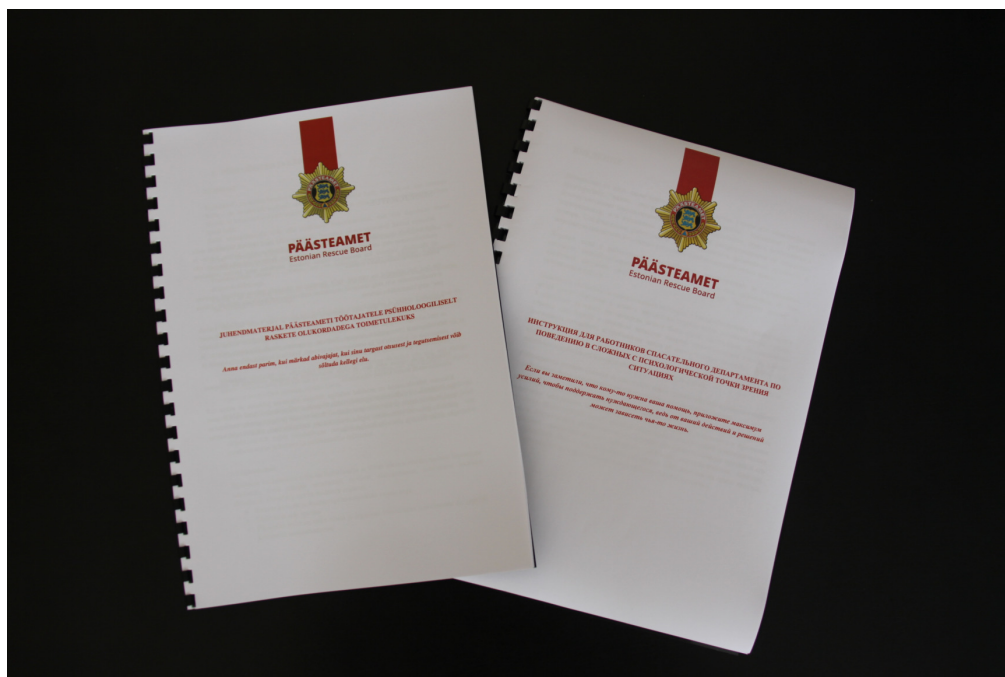
Tulemused

Koostatud juhendmaterjal aitab töötajal teemasse rohkem süveneda ning olla vajadusel ka oma kolleegile abiks. Üle Eesti sõlmitud koostöökokkulepped psühholoogidega on aidanud viia teenuse juba abivajajateni ning individuaalse nõustamise teenust on hakatud kasutama. Jätkuvalt pakutakse nõustamise võimalust ka keeruliste sündmuste järgselt ning tehakse teadlikkuse kasvatamise nimel järjepidevat tööd.



Päästeameti lõbusad töötajad.

Foto:Päästeamet



Juhendmaterjal Päästeameti töötajatele psühholoogiliselt raskete olukordadega toimetulekuks.

Foto: Päästeamet