

I drobná nehoda může vyvolat vážné psychické problémy. DPMB se zaměří na ponehodovou péči o své řidiče

28.7.2022 - Hana Tomašíková | Dopravní podnik města Brna

Vina, bezmoc nebo strach, že se bude situace opakovat. S takovými pocity se potýkají řidiči, kteří jsou účastníky dopravní nehody. Neřešený stres může vyústit ve vážné psychické nebo i tělesné problémy. Dopravní podnik města Brna se proto více zaměří na ponehodovou péči o své řidiče. Ročně jsou účastníky více než 700 nehod, odbornou pomoc vyhledá necelá desetina z nich.



„Ponehodovou péči jsme v dopravním podniku nabízeli vždy, nyní ale chceme o její důležitosti více informovat a klást na ni důraz. Začali jsme spolupracovat s Centrem dopravního výzkumu, se kterým sdílíme své zkušenosti. Loni byli naši řidiči a řidičky účastníky 715 nehod, psychologickou péči však vyhledalo necelé procento z nich.

I nezávinná drobná nehoda však může přinést vážné psychické problémy, čemuž chceme předcházet,“ sdělil **generální ředitel Dopravního podniku města Brna Miloš Havránek.**

Všeobecných služeb podnikových psychologek působících v Centru psychologických služeb a rehabilitace Unity se v průběhu posledních let naučili zaměstnanci podniku využívat čím dál častěji. *„Za poslední tři roky evidujeme nárůst počtu klientů o 80 procent. V loňském roce jsme s klienty absolvovaly 139 sezení. Zaměstnanci se na nás neobrací jen s pracovními problémy, ale i s osobními starostmi. Často se řešíme úzkosti, stres, zvládání emocí nebo rodinné problémy. Pouhých 6 sezení z toho počtu se týkalo intervence po nehodě,“* vysvětlila **psycholožka a vedoucí centra Unity Eva Jurčáková.**

Právě proto se dopravce v rámci své kampaně Brnem bezpečně s Dopravním podnikem města Brna nyní na **ponehodovou péči o řidiče** zaměří. Vážné psychické problémy totiž řidičům může způsobit i nehoda, kterou nezavinili. *„Setkáváme se s pocity viny, strachem, že se situace bude opakovat, nočními můrami nebo panickými atakami. Když člověk tyto emoce dlouhodobě neřeší, mohou se časem projevit jako tělesný problém. Klienta například trápí krční páteř, bolesti hlavy, zažívací potíže nebo nespavost. Po tak dlouhé době už si ani nespojí, že problémy souvisí s traumatem z nehody,“* uvedla **Jurčáková**. V praxi zaznamenala řidiče, který se kvůli psychickým následkům po nehodě rozhodl podnik opustit. *„Dnes opět jezdí, ale to jsou přesně ty případy, kterým chceme předcházet. Vzpomínám si i na řidičku, která měla tak vážné psychické problémy po nehodě, že mluvila o sebevraždě. Plánujeme proto zaškolit dispečery, kteří bývají u nehod jako první, aby posoudili psychický stav řidičů a doporučili jim návštěvu našeho centra. Stejně tak budeme nutnost ponehodové péče zdůrazňovat na školeních řidičů,“* dodává **Jurčáková**, která spolupracuje s Centrem dopravního výzkumu a v rámci odborné skupiny napříč republikou sdílí své zkušenosti.

Tým psychologek brněnského dopravního podniku se svými klienty po nehodách pracuje na uvolnění emocí, nácviku relaxačních technik a dechových cvičení. Cílem je, aby v případě, že se dostaví stres nebo panika, dokázali nad situací převzít kontrolu a nelimitovalo je to při práci. Spolupráce s klientem po nehodě většinou trvá 3 až 5 sezení, někteří však docházejí za psychologkami dlouhodobě.