

# Krizové situace pro zaměstnance ČSOB

4.4.2025 - Eva Prachařová | Policie ČR

## **Přednáška o tom, jak důležité je vědět, jak se bránit, ale také si všimát dění kolem sebe.**

*V dnešním světě, kde se nečekané události mohou stát kdykoli, je velmi užitečné být obezřetný, předvídavý a připravený na různé krizové situace. Obezřetnost nám umožňuje včas rozpoznat potenciální hrozby a reagovat na ně dříve, než se stanou skutečnými problémy. Předvídavost nám pomáhá plánovat a připravovat se na možné scénáře, což může výrazně snížit dopad krizových situací na náš život. Připravenost zahrnuje nejen fyzickou přípravu, ale také mentální připravenost a znalost postupů, jak se v krizových situacích chovat.*

Přednáška pro zaměstnance ČSOB To vše a ještě něco navíc, podáno s podrobným výkladem a konkrétními příklady, bylo obsahem přednášky, kterou ve čtvrtek 3. 4. 2025 mezi 16.00 a 18.00 hodinou vyslechli od policistů Krajského ředitelství policie Královéhradeckého kraje zaměstnanci ČSOB v Hradci Králové. Policejní preventista por. PhDr. Jaroslav Matoušek, MBA, LL. M, současně také specialista a soudní znalec v oboru sebeobrana, osazenstvu postupně objasnil možnosti bezpečnějšího pohybu v práci i v běžném životě.

Posluchači se například dozvěděli, co je to Coopera stupnice připravenosti a jak ji využít, seznámili se s nutnou obranou i krajní nouzí, tedy s právními pojmy, které se často zaměňují, ale mají odlišné významy a použití. Veškeré tyto důležité aspekty mohli rozebrat v diskuzi nejen nad modelovými příklady, ale i při dotazech na konkrétní situace. Ani při vážnosti probíraných témat při přednášce nechyběly odlehčené momenty, vždy však pro lepší pochopení pojmů a zachování psychické pohody zaměstnanců.

Součástí přednášky byly i rady a postupy, jak se konfrontacím a střetům co nejúčinněji vyhnout, jak se zachovat při řešení konfliktů, i jak minimalizovat jejich následné dopady na sebe i své okolí.

Díky velkému zájmu posluchačů se policisté dohodli na dalším pokračování a slíbili, že se do přednáškové místnosti vrátí, tentokrát i s praktickými ukázkami řešení případných konfliktních situací.

<https://policie.gov.cz/clanek/krizove-situace-pro-zamestnance-csob.aspx>