

ZAVOD VARNA POT

Za večjo varnost na cestah.



SKUPAJ IZ STISKE PSIHOSOCIALNA POMOČ

PROJEKT



Član Evropskega združenja žrtev prometnih nesreč.



Projekt podpirajo:



Ministrstvo za notranje zadeve
Ministrstvo za promet, infrastrukturo in vodo



Ministrstvo za zdravje



Ministrstvo za izobrazbo, znanost in šport

Zavod Varna Pot, Linhartova 51, 1000 Ljubljana (v prostorih Univerzitetnega rehabilitacijskega inštituta RS - Soča)
t: 05 995 50 22, f: 05 993 42 56, info@varna-pot.si, www.varna-pot.si

Zavod Varna Pot, Linhartova 51, 1000 Ljubljana (v prostorih Univerzitetnega rehabilitacijskega inštituta RS - Soča)
t: 05 995 50 22, f: 05 993 42 56, info@varna-pot.si, www.varna-pot.si



Linhartova 51, 1000 Lj., t: 059955022, f: 059934256
info@varna-pot.si, www.varna-pot.si
ID za DDV: SI94961352, dš.: SI94961352
mš.: 2302942, sodni register vl.št.1/47244/00
TRR.: SI56 2900 0005 5388 312 pri UniCreditBank d.d.

1. UVOD

Slovenske ceste so **od leta 1991 do leta 2010** zahtevale **6481 življenj**, telesno se je poškodovalo **225.729 oseb**. Za navedenimi nemimi številkami stojijo imena, priimki, tragične življenjske zgodbe posameznikov in njihovih bližnjih. Vse vpletene pa družijo veliko skupnih problemov izguba najdražjih, izguba zdravja in kvalitete življenja, hud stres, bolečina, popolna in nenadna sprememba življenjske poti, vsakdana, ciljev in vrednot... »Danes se je nesreča pripetila onemu, jutri sem žal tudi sam del tega«, je dejstvo, ki se ga le stežka zavedamo, še težje pa se z njim soočimo in ga sprejmemo. Posledice prometnih nesreč v svojem najširšem in ekonomsko izraženem delu predstavljajo danes 2 % evropskega BDP. Ogromno? Po drugi strani pa je ta cena nič v primerjavi z izkušnjo posameznika, njihovih bližnjih in družin na individualni ravni. Veliko razlogov, da pomoči potrebnim prisluhnemo, stopimo naproti in jim omogočimo nov pogled na življenjsko pot pred njimi.

Psihosocialna pomoč

Vsako človekovo življenje skozi celotno obdobje spremlja stres. Tako si posameznik pridobiva temeljne izkušnje, ki mu pomagajo pri reševanju vsakodnevnih težav in iskanju novih rešitev. Na marsikatero težavo se ljudje včasih lahko celo pripravimo, saj so predvidljive.

Toda življenje je lahko hudo neprizanesljivo in nas potisne v situacijo ter hudo preizkušnjo, v kateri se ne znajdemo in se počutimo povsem nemočne. Ena takih dogodkov je nedvomno tudi prometna nesreča s hudo telesno poškodbo ali celo smrtjo, v kateri je poškodovana oseba, s katero smo življenjsko tesno povezani (otrok, starš, partner...) ter povzročitev hude prometne nesreče. Novica o hudem dogodku silovito vdre v naš vsakodnevni mir in v temeljih pretrse ožje družinske člane, ne le na čustvenem, temveč tudi eksistencialnem področju. Vsakodnevni načrti in cilji se hipoma razblinijo in vse misli ter aktivnosti se skoraj v celoti usmerijo k tragičnemu dogodku.

Da bi si ljudje v takšnih in podobnih situacijah ustvarili kolikor toliko znosno duševno ravnovesje, si pomagajo kakor vejo in znajo. Zatečejo se k prijateljem, strokovnjakom in duhovnikom ter drugim, kjer pač pričakujejo pomoč in razumevanje za njihovo stisko. Ena od takih možnosti je sedaj dostopna tudi preko Zavoda Varna pot.

Psihosocialna pomoč poškodovanim v prometnih nesrečah, njihovim bližnjim in svojem umrlih v prometni nesreči so oblika skupinskih ali individualnih pogovorov s strokovnjakom, ki posamezniku in družinam predstavljajo pomoč pri lažjem premagovanju psihičnih stisk, ki so posledice prometnih nesreč.

2. NAMEN

Projekt »Skupaj iz stiske« predstavlja pomoč prizadetim osebam s pomočjo pogovora, svetovanja in čustvene podpore. Posamezniki s podobnimi življenjskimi zgodbami lahko v programu delijo izkušnje, misli in bolečino ob lastni poškodbi ali poškodbi bližnje osebe ter se na tak način soočajo s stisko in vsakdanjimi problemi.

Projekt je oblika skupinskih ali individualnih sodelovanj ter aktivnosti s strokovnjakom, ki posamezniku, bližnjim in družinam predstavljajo pomoč pri lažjem premagovanju psihičnih stisk, ki so posledice prometnih nesreč.



Namen projekta je, da se krepí osebnost posameznika, hkrati pa poudarjati pomen družinske podpore, zaupanja in skupnega premagovanja težav ter v preprečevanju socialne stiske, v kateri se lahko posameznik ali družina nahaja v času krize zaradi lastne poškodbe, poškodbe bližnjega ali celo smrti bližnjega. Posamezniki s pomočjo delavnic širijo in krepijo svoje socialne možnosti za uspešno obvladovanje in reševanje socialnih problemov in stisk, življenjske krize ter socialne izključenosti.

3. TEMELJNO NAČELO

Osnovni motiv psihosocialne pomoči je pomoč posameznikom, bližnjim in družinam pri premagovanju duševnih stisk, ki so posledica lastne poškodbe ali poškodbe bližnjega v prometni nesreči, smrti bližnjega ali povzročitve prometne nesreče, s pomočjo skupinskega ali individualnega pogovora. Le-ta temelji na čustveni podpori pri soočanju posameznikov s problemi, njihovem osveščanju in iskanju rešitev.

Tako kot vse sorodne tovrstne organizacije je tudi Zavoda Varna pot in posledično projekt »Skupaj iz stiske« nastal iz osebne izkušnje ustanovitelja. Zavod je danes prerasel v gibanje z določenimi vsebinami, ki zagotavljajo vsesplošno pomoč žrtvam prometnih nesreč, hkrati pa v družbi opozarjajo na problematiko in predlagajo odpravo vzrokov za nastanke prometnih nesreč.

Psihosocialna pomoč žrtvam prometnih nesreč »Skupaj iz stiske« je prva specializirana in širša tovrstna pomoč v Sloveniji. Vsebine so sorodne programom, ki jih izvajajo v tujini in sicer v ameriških organizacijah MADD (Mothers against Drunk Driving), Rehabilitation Institute of Chicago – Inštitut za rehabilitacijo Chicago ter posameznim članicam FEVR – Evropskega združenja žrtev prometnih nesreč, katerega aktivni član smo tudi sami.

S pomočjo izkušenih strokovnjakov in strokovno priznanih programov smo pripravili projekt, ki naslavlja rizično skupino, ki do sedaj ni bila obravnavana kot posebna skupina. Posamezniki s podobnimi življenjskimi zgodbami lahko v delavnicah delijo izkušnje, misli in bolečino ter se na tak način sooča s stisko in vsakdanjimi problemi.

4. OSNOVNE DIMENZIJE PROJEKTA

Kdaj:

Psihosocialna pomoč »Skupaj iz stiske« se izvaja od leta 2008.

Psihosocialna pomoč poteka od ponedeljka do petka po 16. uri in med vikendom od 9. do 17. ure, v dogovoru s posameznim uporabnikom.

Telefonsko svetovanje, ki predstavlja dodatek projektu poteka na številki 05/99 55 0 22. Čas dosegljivosti: ponedeljek, sredo in petek med 9.00 – 12.00 uro ter 16.00 – 20.00 uro.

Kje:

V prostorih Zavoda Varna pot na Univerzitetnem rehabilitacijskem inštitutu RS - Soča, Linhartova 51, 1000 Ljubljana.

Kdo:

Strokovni sodelavci (psihologi in socialni delavci) Zavoda Varna pot



Komu:

Psihosocialna pomoč »Skupaj iz stiske« je namenjena trem rizičnim skupinam:

- poškodovanim v prometnih nesreč ter njihovim svojcem,
- posameznikom, katerih bližnja oseba je v prometni nesreči izgubila življenje ter
- povzročiteljem prometnih nesreč.

5. PROMOCIJSKA IN MEDIJSKA ORODJA

Plakat



Letak



6. JAVNE IN MEDIJSKE AKTIVNOSTI

So:

- Objava plakatov in letakov v bolnišnicah, zdravstvenih domovih, centrih za socialno delo, policijskih postajah
- Strokovni članki
- Novinarska konferenca in intervjuji
- Preventivni projekt Svetovni dan spomina na žrtve prometnih nesreč

7. NOSILCI DOGAJANJA SO:

- Zavod Varna pot kot organizator, koordinator in izvajalec aktivnosti
- FEVR – Evropsko združenje žrtve prometnih nesreč

8. PROJEKT PODPIRAJO:

- Univerzitetni rehabilitacijski inštitut RS – Soča
- Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve
- Ministrstvo za promet; Direkcija RS za ceste – Svet za preventivo in vzgojo v cestnem prometu
- Policija
- Žale Javno podjetje d.o.o.
- Med.Over.Net, Zavod za izboljšanje kvalitete življenja

Projekt podpirajo:



MINISTRSTVO ZA PROMET
DIREKCIJA REPUBLIKE SLOVENIJE ZA CESTE
SVET ZA PREVENTIVO IN VZGOJO V CESTNEM PROMETU



Univerzitetni rehabilitacijski inštitut
Republike Slovenije - Soča



MINISTRSTVO ZA DELO, DRUŽINO
IN SOCIALNE ZADEVE
Kotnikova 5, 1000 Ljubljana
www.mddsz.gov.si, e: gp.mddsz@gov.si

 med.over.net



ŽALE

9. ZAKLJUČEK:

Ameriški psiholog in terapevt Roger Solomon, eden izmed vodilnih svetovnih psihoterapevtov je navedel, da je prometna nesreča s hujšimi poškodbami zagotovo eden najbolj zaznamovanih dogodkov, ki v posamezniku in njegovih. bližnjih povzroči hud posttravmatski sindrom. Za vsakega posameznika to pomeni popoln preobrat vsakdanjega življenja na vseh področjih.

Roger Salomon razlaga: »Posttravmatsko stresno motnjo določamo po dveh kriterijih. Oseba se mora počutiti ogroženo, dogodek pa mora dojeti kot grozljiv. Položaj, v katerem se je znašla, je lahko dejansko ogrožujoč ali pa oseba svoj položaj le tako zaznava. Ogroženost je torej lahko realna ali imaginarna - bistven je odziv žrtve nanjo.



Obstajajo seveda doživetja, ki so tipična za razvoj potravmatske stresne motnje. Takšni dogodki so na primer tudi prometne nesreče.«

V tistem trenutku posameznik smatra, da se je to pripetilo samo njemu. Poleg osnovnih želja po preživetju se mu poraja ogromno vprašanj kot so: »Zakaj ravno jaz? Zakaj ravno meni?« Porajajo se mu tudi občutki krivice, jeze, strahu...

Dogodki kot je prometna nesreča zaznamujejo tako posameznika kot tudi ljudi iz njegove okolice (lokalna skupnost), pa naj bo to žrtev ali povzročitelj prometne nesreče.

S sodobnimi psihoterapevtskimi tehnikami program ponuja krepitev sposobnosti samopopazovanja, realne ter kritične presoje situacije in sebe, samozaupanje in s tem aktivno doseganje samostojnosti v življenju. Posameznik lahko s pomočjo programa prebrodi probleme, nastale zaradi prometne nesreče.

Robert Štaba univ. dipl. inž.
Zavod Varna pot
Predsednik



ZAVOD VARNA POT
Za večjo varnost na cestah.
Linhartova 51, 1000 Ljubljana

