

# Zvládání stresu u policistů a role policejního psychologa



Pomáhat a chránit

Kpt. Mgr. Aneta Semeráková

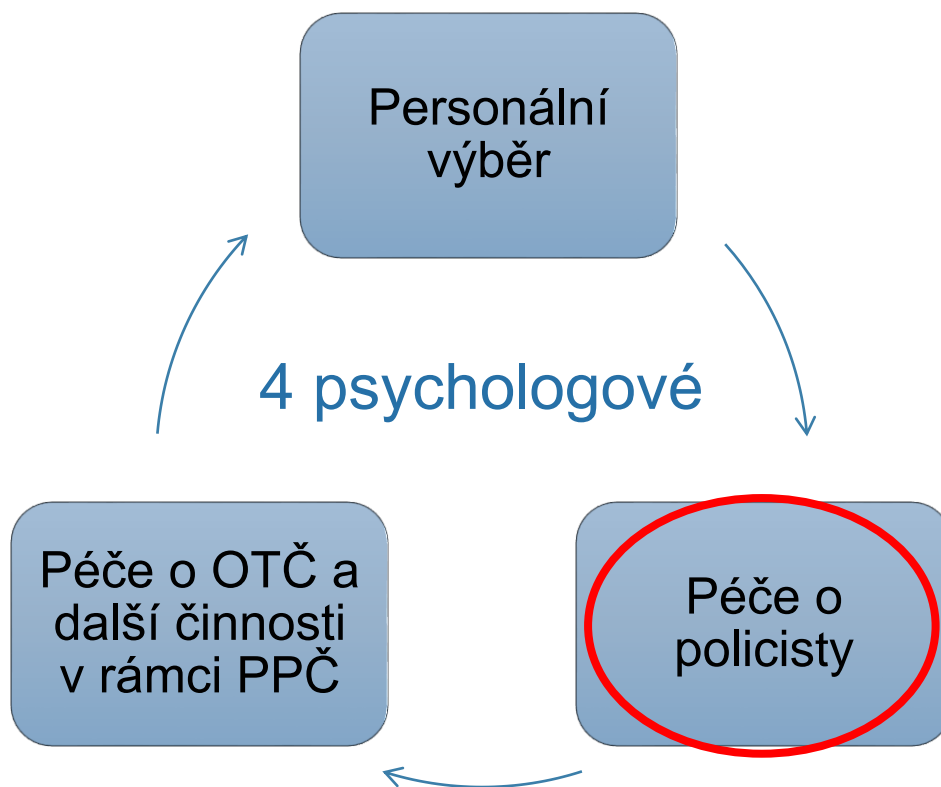
Oddělení psychologických služeb  
Krajské ředitelství policie  
Středočeského kraje

# Struktura

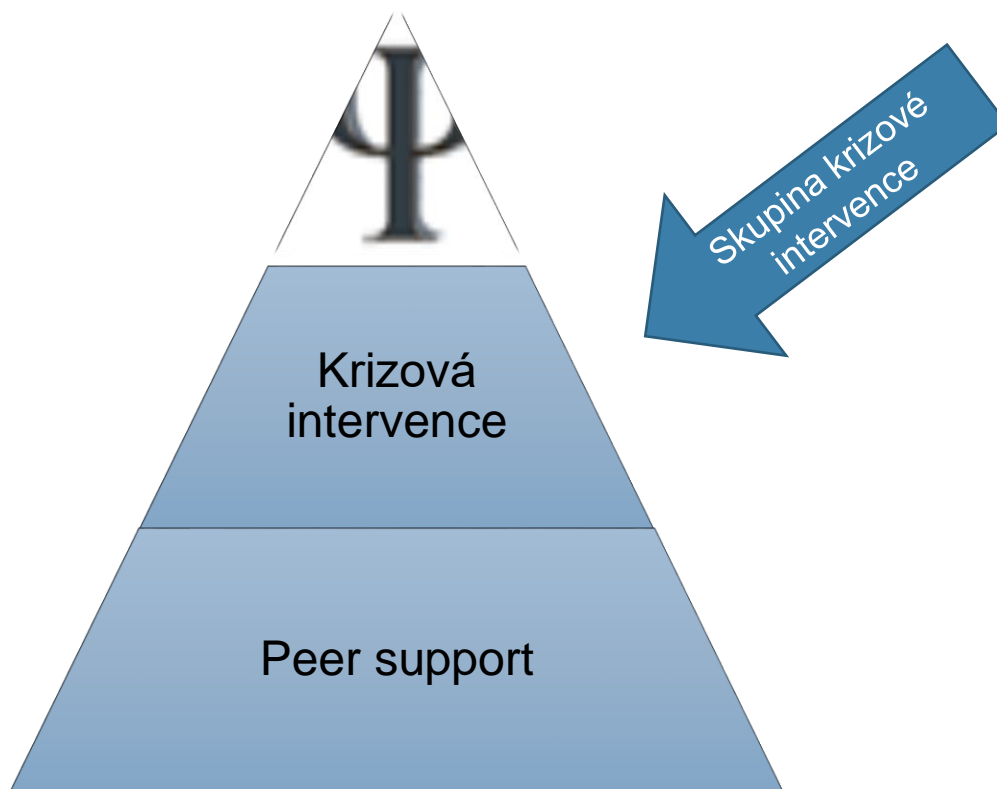
- 13x ÚO
  - 73x obvodní oddělení
  - 13x dopravní inspektorát
  - SKPV
  - Dálniční oddělení
  - Další specializovaná oddělení
- 
- => cca 3700 policistů



# Oddělení psychologických služeb KŘP Stčk



# Oddělení psychologických služeb KŘP Stčk



- Individuální konzultace
- Debriefing

- Peer support
  - Princip nízkoprahové služby



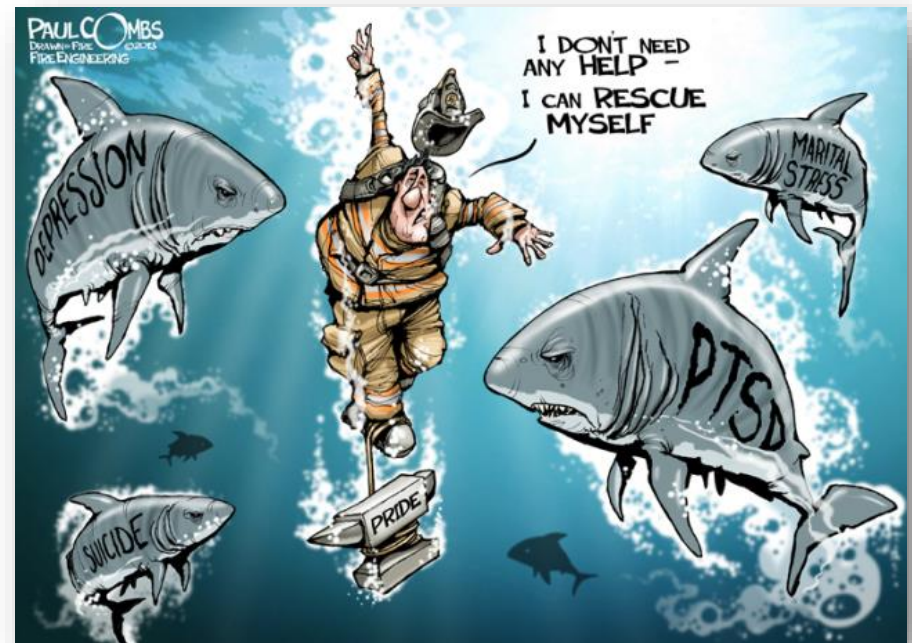
# Stres u policistů je spojen s....

- profesní rolí policisty
- životním stylem
- rodinným životem
- krizovými a exponovanými situacemi



# Postoj policistů vůči psychologické péči

- „Chlapy nepláčou, policista by měl vše zvládnout“
- „Napíšou mi to do spisu“
- „Vyhodí mě kvůli tomu“
- „Nemůže to pochopit, nezažil to“



# Linka pomoci v krizi

Poskytujeme psychickou podporu a poradenství pro příslušníky a zaměstnance bezpečnostních sborů a armády.

Podrobnější informace na:  
[www.policie.cz/pomoc](http://www.policie.cz/pomoc)

Nezůstávejte v tom sami.

Ozvěte se dříve, než bude pozdě.

Nebojte se kdykoliv zavolat s čímkoliv.

**LINKA POMOCI V KRIZI**  
anonymní & nonstop

 974 834 688

 linkapomoci

 pomoc.ski@pcr.cz

- Videospot\_linka





# Děkuji za pozornost.



**kpt. Mgr. Aneta Semeráková**

tel.: 607 007 938

email: [aneta.semerakova@pcr.cz](mailto:aneta.semerakova@pcr.cz)

