

Critical Incident

Stress Management

Incidente critice... Nimeni nu discută despre ele cu inima largă. O încălcare a eșalonării ne poate urmări multă vreme. Culoarea roșie pe ecranul radar poate fi declicul unor adevărate tornade pentru psihicul nostru. Și-atunci te întrebi de ce nu-ți mai iese fluxul cum trebuie... sau poate încerci să te convingi că așa trebuia să fie, și parcă te cam enervează colegul care de pe margine face pe deșteptul cu indicațiile lui, și... Uneori se poate instala chiar teama. Și încerci să-ți dregi glasul pentru a ascunde asta. Și atunci deja lucrurile se pot transforma în altceva. În ceva nedorit de nimeni, în ceva ce te împiedică să-ți faci treaba degajat, cu plăcere. E de ajuns să ne gândim la atât... Nu vrem să ne gândim la mai mult și nici vorbă să discutăm despre altceva mai grav...

IFATCA a trimis în Brazilia, în urma accidentului de acolo, o echipă de specialiști în domeniul tehnic, al investigațiilor și CISM.

Gânduri obsesive, teamă, sentiment de izolare, evitare, iritabilitate... Poate cineva să lucreze în astfel de condiții? Toate aceste sentimente sunt normale și apar ca reacții ale stresului generat de incidente critice. E bine să lucrăm astfel? Cu siguranță că nu! Până acum, la noi și-n alte părți, s-a mizat pe capacitatea extraordinară a psihicului uman de a se reface singur, mai rapid sau mai lent. Lasă bă, că-ți trece! Scuze doamnelor...

Ei bine, a venit vremea să nu mai lăsăm timpul să vindece rănilor. Ce rost are să ținem în noi astfel de gânduri, sentimente? De ce să nu ne destindem mai repede? În 2007, în ROMATSA se va implementa programul de management al stresului indus de incidentele critice. Și atunci vom avea colegi cu care să discutăm despre gândurile noastre. Ei vor fi pregătiți, vor învăța cum să vorbească cu noi, cum să ne ajute să trecem peste pasa proastă. Vor ști ce trebuie să facă și mai ales ce nu trebuie să facă și să zică. Și mai ales, vor trebui să păstreze secretul celor

discutate. Confidențialitatea este printre aspectele cheie ale acestui program și va fi o chestiune de onoare pentru consilierii CISM să o păstreze. Probabil ca în primavara anului viitor îi vom alege.

În momentul de față, este elaborat și în curs de avizare „Programul de Implementare CISM în ROMATSA”. Acesta este un document la care au lucrat Edi Payer, Țuțu Bucurei, Ciprian Căciulă, Mircea Cosmin, Marius Maier, Adi Zega, Cristi Radu – Oq, Cătălin Bondor. La ședințele grupului de lucru a participat și ne-a ajutat și Florin Rovența, psiholog. O contribuție mai mică dar importantă a avut și Ion Teodorescu. Grupul de lucru și-a desfășurat activitatea sub supervizarea lui Marius Velea – Șef Serviciu Pregătire și Competență, cu care am conlucrat foarte bine. Programul CISM are la baza „CISM User Implementation Guidelines”, document EUROCONTROL.

În scurtă vreme va fi gata și documentul care va conține toate formatele standard pe baza cărora se

va derula programul CISM, dintre care menționez:

- checklist al planului de implementare CISM;
- datele de contact ale consilierilor CISM, coordonatorilor locali CISM și coordonatorului național CISM – nume, adrese, număr telefon;

- anunțul privind organizarea procesului de recrutare;
- chestionar motivațional;
- formular de nominalizare a consilierilor CISM;
- checklist privind managementul calității CISM (structură, procese, rezultate);

- checklist al evaluării programului CISM;
- chestionar de evaluare al programului CISM.

Multe formulare, e adevărat, dar nimic din ceea ce se discută între consilierul CISM și cel care apelează la program nu va fi înregistrat sau păstrat undeva. Și în general, aceste formulare vor fi în sarcina coordonatorului național CISM.

La începutul anului viitor, membrii grupului de lucru CISM vor merge prin țară, pe la toate unitățile de trafic aerian din ROMATSA, pentru a prezenta mai în detaliu programul de implementare CISM. Cu această ocazie, fiecare CTA va primi un pliant care conține informații de bază referitoare la stres, la managementul stresului și la consilierii CISM. Apoi, vor urma selecția consilierilor și cursurile de pregătire. Sperăm ca fondurile alocate să permită pregătirea a circa 45 de CTA, astfel încât fiecare unitate de trafic aerian din ROMATSA, indiferent de mărimea ei, să aibă cel puțin un consilier CISM.

Ce va însemna programul CISM? Sperăm să ne aducă mai multa încredere în forțele proprii, atunci când aceasta scade și mai ales mai multă liniște.

„The European Convergence and Implementation Plan (ECIP) requires Member States of EUROCONTROL to introduce CISM programmes into their ANSP organisations by the end of 2007.”

Critical Incident Stress Management User Implementation Guidelines - EUROCONTROL

*Cătălin Bondor
CTA APP București*

CRITICAL INCIDENT STRESS MANAGEMENT



- *Ce este stresul*
- *Despre CISM*
- *Ce sunt consilierii CISM*

