



Tomasz Miarka

CRO Trust&Safety Group

Psycholog (w trakcie specjalizacji)
Trener/Szkoleniowiec/Mentor
Oficer służb Emergencyjnych

UMIEJĘTNOŚCI

1. Zarządzanie i dowodzenie

- Umiejętność zarządzania zespołami w warunkach stresowych i kryzysowych.
- Organizowanie i koordynowanie działań ratowniczych w sytuacjach zagrożenia.
- Doświadczenie w przyjmowaniu i analizowaniu zgłoszeń oraz meldunków o zagrożeniach.
- Dysponowanie Siłami i Środkami na poziomie Województwa.
- Efektywna współpraca z innymi służbami w działaniach międzysektorowych oraz międzynarodowych.
- Kompetencje w delegowaniu zadań i kontrolowaniu ich realizacji.

2. Specjalistyczne umiejętności techniczne

- Praktyczna wiedza z zakresu ochrony przeciwpożarowej, przeciwybuchowej, zarządzania zagrożeniami chemicznymi i pożarowymi oraz zapobiegania poważnym awariom przemysłowym.
- Przygotowanie i przeprowadzanie pokazów oraz szkoleń z ratownictwa.

3. Psychologia i wsparcie emocjonalne

- Interwencja kryzysowa, zarówno w działaniach indywidualnych, jak i grupowych.
- Wsparcie w kryzysie emocjonalnym.
- Umiejętność identyfikacji źródeł konfliktów oraz mediacji.

4. Edukacja i szkolenia

- Przygotowanie programów szkoleniowych oraz prowadzenie zajęć praktycznych i teoretycznych.
- Nauczanie w warunkach symulacyjnych na poligonie szkolnym.
- Szkolenia w zakresie ochrony przeciwpożarowej, przeciwybuchowej: na obiektach przemysłowych, zakładach dużego, zwiększonego ryzyka wystąpienia poważnej awarii przemysłowej.

DOŚWIADCZENIE

2004–2006

Centralna Szkoła Państwowej Straży Pożarnej w Częstochowie Stanowisko: Kadet

2006–2009

Komenda Powiatowa PSP w Tarnowskich Górach, JRG 1 Stanowisko: Dowódca zastępu

- Zarządzanie zespołem w szczególnych warunkach służbowych.
- Udział w licznych kursach i szkoleniach zawodowych.

2009–2011 Komenda Miejska PSP w Gorzowie Wlkp., JRG 1 Stanowisko: Dowódca sekcji

- Zarządzanie zespołem w szczególnych warunkach służbowych.
- Udział w licznych kursach i szkoleniach zawodowych.

2011–2017 Centralna Szkoła Państwowej Straży Pożarnej w Częstochowie Stanowisko: Młodszy Specjalista

- Prowadzenie zajęć praktycznych na poligonie szkolnym.
- Prowadzenie zajęć dydaktycznych z Wyposażenia Technicznego.
- W zastępstwie: szef zmiany na Szkolnej JRG
- Udział w działaniach ratowniczo-gaśniczych na terenie całego kraju.

2018–2022 Komenda Wojewódzka PSP we Wrocławiu, Stanowisko: Starszy specjalista, Kierownik sekcji oraz Zastępca Dyżurnego Operacyjnego Województwa

- Kontrole komend powiatowych/miejskich PSP w zakresie operacyjnym,
- Przygotowanie opinii powiatowych/miejskich planów ratowniczych,
- Analiza ćwiczeń dla woj. dolnośląskiego,

5. Analiza

- Doświadczenie w przygotowywaniu dokumentacji przeciwpożarowej, przeciwybuchowej oraz dla zakładów przemysłowych.

6. Kompetencje interpersonalne

- Wysoko rozwinięte umiejętności komunikacyjne.
- Umiejętność prowadzenia efektywnych szkoleń.
- Doświadczenie w mentoringu oraz coaching.
- Umiejętność zarządzania emocjami oraz budowania empatycznych relacji z osobami w moim otoczeniu.

7. Elastyczność i adaptacja

- Zdolność do szybkiego dostosowywania się do zmieniających się warunków oraz wymagań.
- Umiejętność nauki nowych umiejętności i technologii w celu dostosowania się do sytuacji.

8. Wyjątkowe doświadczenie operacyjne

- Udział w działaniach związanych z katastrofą hali podczas Międzynarodowych Targów Katowickich oraz katastrofy kolejowej w Szczekocinach.
- Praca na zakładach dużego, zwiększonego ryzyka wystąpienia poważnej awarii przemysłowej.

9. Rozwój zawodowy

- Umiejętność zarządzania emocjami oraz budowania empatycznych relacji z osobami w moim otoczeniu.
- Dalsza nauka i rozwój w obszarze psychologii, duchowości oraz pracy z ciałem.

- Analizowanie działań ratowniczo-gaśniczych pod kątem prawidłowości rozwiązań taktycznych przy wykorzystaniu posiadanego sprzętu i zastosowanych środków,
- Współdziałanie z właściwymi organami, instytucjami i innymi jednostkami w zwalczaniu skutków klęsk żywiołowych, katastrof i awarii,
- Analizowanie stanu zabezpieczenia operacyjnego obszaru województwa,
- Opiniowanie oraz sporządzanie dokumentacji zewnętrznych planów operacyjno-ratowniczych dla zakładów dużego ryzyka występowania poważnej awarii przemysłowej,
- Organizacja oraz prowadzenie ćwiczeń aplikacyjnych, praktycznych dla zakładów dużego ryzyka wystąpienia poważnej awarii przemysłowej.

2006 Udział w wydarzeniach podczas katastrofy budowlanej na terenie Międzynarodowych Targów Katowickich.

2012 Udział w wydarzeniach podczas katastrofy kolejowej pod Szczekocinami.

Udział z ramienia Państwowej Straży Pożarnej jako oficer łącznikowy podczas manewrów NATO.

- **Międzynarodowa współpraca i koordynacja działań między służbami emergencyjnymi.**

H O B B Y

Udział w konferencjach związanych z bezpieczeństwem pożarowo-wybuchowym, zakładami przemysłowymi oraz psychologicznych:

Aktywne uczestnictwo w wydarzeniach branżowych jako forma hobby i rozwoju zawodowego.

Czytanie literatury psychologicznej:

Poszerzanie wiedzy z zakresu psychoterapii i rozwoju osobistego.

Czytanie literatury związanej z geopolityką:

Analiza literatury geopolitycznej pozwalającej na zrozumieć globalne wydarzenia i ich wpływ na bezpieczeństwo.

Spotkania literackie: Sprzyjające dyskusjom na temat różnych gatunków literackich w szczególności z obszarów rozwoju osobistego, zdrowego trybu życia, psychologii, psychiatrii, geopolityki.

Twórczość artystyczna, film:

Zainteresowanie sztuką, jako sposób na relaks, wyrażanie emocji oraz rozwijanie kreatywności.

Mindfulness: Medytowanie, praktykowanie uważności, skupienia, koncentracji, praca z oddechem.

Sport: squash, tenis ziemny, bieganie, siłownia, jako aktywność fizyczna, sposób na poprawę kondycji oraz zdrową rywalizację.

Podróże: sposób na poznawanie różnych kultur, tradycji, ludzi oraz poszerzanie horyzontów.

J Ę Z Y K I O B C E

Języki obce:

- Angielski: średniozaawansowany

W Y K S Z T A Ł C E N I E

1998 - 2002

IX LO im. C.K. Norwida w Częstochowie

- profil sportowy - piłka siatkowa,

2002 - 2004

Centralna Szkoła Państwowej Straży Pożarnej, Częstochowa

- Tytuł: Technik Pożarnictwa

2011 - 2014

Wyższa Szkoła Lingwistyczna, Częstochowa

- Kierunek: Resocjalizacja z profilaktyką uzależnień. Tytuł licencjat. Praca licencjacka: "Resocjalizacja poprzez sport".

2015 - 2016

Szkoła Główna Służby Pożarniczej, Warszawa

- Studia podyplomowe: dla strażaków ubiegających się o zajmowanie stanowisk oficerskich związanych z kierowaniem działaniami ratowniczymi.

2014 - 2017

Wyższa Szkoła Edukacji w Sporcie, Warszawa

- Kierunek: Wychowanie fizyczne - trener przygotowania motorycznego. Tytuł magistra. Praca magisterska: "Zastosowanie treningu psychologicznego (metody Silvy) w treningu sportowym na przykładzie drużyn siatkarskich".

2014 - 2017

Szkoła Główna Służby Pożarniczej, Warszawa

- Studia podyplomowe: **Zapobieganie awariom i pożarom.**

2020 - 2021

Uniwersytet Wrocławski

- Studia podyplomowe: Bezpieczeństwo i higiena pracy.

2021 - 2022 Główny Instytut Górnictwa, Katowice


- Studia podyplomowe: **Bezpieczeństwo techniczne w przestrzeniach zagrożonych wybuchem.**


2023 do dziś

Akademia Ekonomiczno - Humanistyczna, Warszawa,

- Kierunek: Psychologia.

Kontakt

 Nadrzeczna 22, 42-125 Biała

 +(48) 664 321 143

 trustandsafety@group-tas.com