

# USTANAWIANIE WSPARCIA PSYCHOSPOŁECZNEGO PODCZAS REAGOWANIA NA ZDARZENIE KRYZYSOWE

Dezorientacja i poczucie braku bezpieczeństwa mogą być przytłaczające przy poważnych zdarzeniach. Pojawia się silna potrzeba bycia wysłuchanym, otrzymania praktycznej pomocy, uzyskania dostępu do informacji oraz zrozumienia, że występujące reakcje są naturalne. Rozmowa z osobą wspierającą z Ruchu Czerwonego Krzyża i Czerwonego Półksiężyca może odbudować poczucie zaufania wobec innych, które może zostać zachwiane w obliczu nieoczekiwanych zdarzeń.



Zdarzenie i jego cały kontekst mają wpływ na to, jak zbudujemy system wsparcia. Zasugerowane poniżej aktywności mogą być realizowane przez kilka dni lub dłużej, jako działania w ramach programu z zakresu zdrowia psychicznego i wsparcia psychospołecznego.

## 1 SKONTAKTUJ SIĘ Z WŁADZAMI

by zdecydować, gdzie wsparcie zdrowia psychicznego i wsparcie psychospołeczne są najbardziej potrzebne

## 4 Przeprowadź szybkie szkolenie z PIERWSZEJ POMOCY PSYCHOLOGICZNEJ

wśród nowych wolontariuszy i dołącz ich w pary z bardziej doświadczonymi osobami

## 7 Jeżeli ucierpiały gospodarstwa domowe, ZORGANIZUJ WIZYTY DOMOWE

realizowane przez członków zespołu

## 2 ZBUDUJ ZESPÓŁ przeszkolony z udzielania wsparcia psychospołecznego i pierwszej pomocy psychologicznej

## 5 Jeżeli jest bezpiecznie, ZORGANIZUJ CODZIENNE SPACERY WSPIERAJĄCE po okolicy, by każdy, kto chciałby skontaktować się z zespołem, miał taką możliwość

## 8 Sprawdzaj samopoczucie osób, które potrzebują wsparcia i KIERUJ ICH W MIEJSCA, które zaopiekują się dostrzeżonymi potrzebami

## 3 UTWÓRZ BEZPIECZNĄ PRZESTRZEŃ z miejscem do aktywności dla różnych grup wiekowych, gdzie łatwo będzie się spotkać

## 6 SPOTYKAJ SIĘ Z ZESPOŁEM na koniec dnia pracy, by zdecydować, jak zająć się dostrzeżonymi potrzebami

## 9 Oceń przyszłe potrzeby, STWÓRZ PLAN ze swoim oddziałem i organizacjami lokalnymi na kolejne tygodnie

