

Підтримка персоналу після критичного випадку

Thrive Worldwide

Ефективна допомога після кризи полягає в наданні належної підтримки в потрібний час. Цей інформаційний листок містить поради щодо відповідних механізмів підтримки, які Ваша організація може застосувати, коли працівник або команда зіткнулися з кризою або критичним випадком.

Це може здатися очевидним, але напрямок надання підтримки переходить від основних потреб до психосоціальних потреб. Ми не можемо забезпечити психосоціальні потреби, якщо основні фізичні потреби є незадоволеними.

Оскільки люди діють при критичних випадках різним чином, Ваші відповіді потрібно буде пристосовувати до різних умов. Ці часові рамки є загальними інструкціями. Використовуйте цей ресурс разом з інформаційним листком «Травма» для розуміння найбільш поширених реакцій на травматичні переживання.

Ми рекомендуємо керівникам відвідувати курси психологічного навчання для більшої обізнаності стосовно цих порад.

ІПРОТЯГОМ ГОДИН ПІСЛЯ ПОДІЇ

- Забезпечте фізичну безпеку та інші основні потреби для персоналу.
- Надайте персоналу своєчасну, точну інформацію та регулярно спілкуйтеся з ним. Інформація - це безпека.
- Надайте необхідну логістичну підтримку: розшук сім'ї, проживання, транспортні/фінансові потреби, організацію поховання після смерті друга або члена родини, а також забезпечення іншої практичної допомоги.
- Стабілізуйте і допоможіть орієнтуватися тим, хто є емоційно перевантажений: вправи заземлення та дихання.
- Визначте і запропонуйте підтримку постачальника психологічної першої допомоги (ППД).
- Якщо існує ризик заподіяння шкоди собі або іншим, негайно зверніться за медичною або психологічною підтримкою.

ЧЕРЕЗ КІЛЬКА ДНІВ:

через 1-2 тижні

- Надайте психологічну першу допомогу фізичним особам і/або групам: Надайте час і простір для того, щоб персонал міг спілкуватися і підтримати розмову, якщо люди цього бажають.
- Слухайте із співчуттям і підтверджуйте переживання особи, яка розповідає про свій досвід.
- Поважайте різні точки зору і не робіть зауважень, коли інші висловлюють стурбованість, страх і тривогу.
- Надайте інформацію про загальні реакції та стратегії подолання наслідків кризи.
- Допоможіть персоналу створити новий порядок виконання завдань, рутину. Це може включати створення гнучкого робочого графіка. Не приймайте самі рішення про надання робітникам подовженої відпустки або зміни місця роботи.

- Надайте персоналу можливість приймати власні рішення. Не пропонуйте порядок денний, який їм найкраще підходить. Відновлення відчуття контролю та автономії є важливою частиною одужання. Визнавайте, що мають значення різні духовні та культурні цінності, і поважайте їх.
- Заохочуйте до позитивного настрою при подоланні перешкод і звернення по допомогу. Надайте приклад гарного балансу між роботою і життям, охоче розповідайте про переваги отримання підтримки, коли вона необхідна.
- Заохочуйте спілкування з друзями, родиною та колегами.
- Не забудьте подбати про себе.

ВІД 2 ТИЖНІВ ДО 4 ТИЖНІВ

- Якщо потрібно, продовжуйте діяти відповідно до вищезазначеного.
- Залежно від тяжкості події, організація повинна розглянути можливість обов'язкового проведення психологічного обговорення (дебрифінгу). Це може пом'якшити запізнілі реакції на подію.
- Пильне очікування. Керівники, колеги-помічники та ті, хто пройшов навчання з питань ППД, повинні уважно спостерігати за емоційними або поведінковими змінами у своїх колег, які пережили травматичну подію.
- Обов'язково підтримуйте колег-помічників або тих, хто спостерігав або чув про таку подію.

ЧЕРЕЗ 4 ТИЖНІ

- Проведіть обговорення і перевірку з особою, що надає ППД через місяць після події.
- Якщо зміни емоцій та поведінки співробітника зберігаються через 4 тижні, рекомендується скерувати його до служби професійної підтримки. Зв'яжіться з Thrive Worldwide і (або) майте попередньо вибраний список служб поруч з Вашим місцезнаходженням.
- Спостерігайте за співробітником, який залишив місце роботи або організацію.
- Зрозумійте, що деякі люди можуть мати відстрочену реакцію на подію, навіть через місяці або роки.
- І якщо Ви не впевнені у тому, що сказати або як допомогти співробітнику, який за Вашою думкою має проблеми, зверніться за порадою до фахівця.

Компанія Thrive Worldwide надає таку підтримку:

- Специфічні психологічні втручання у випадку травм
- Навчання з психологічної першої допомоги
- Навчання з допомоги в разі сексуального насильства
- Консультування щодо сексуального насильства (включно з переглядом правил поведінки)

Зв'яжіться з нами за адресою info@thrive-worldwide.org, щоб обговорити Ваші потреби та дізнатися, як ми можемо Вам допомогти.

Автор:
Бен Портер (Ben Porter)

Останнє оновлення:

Жовтень 2017 р.

www.thrive-worldwide.org



ThriveWorldwide