



# **MOJE ISKUSTVO U INTERVENTNOM TIMU ZA PSIHOSOCIJALNU POMOĆ HRVATSKOG CRVENOGA KRIŽA NAKON POTRESA U SISAČKO- MOSLAVAČKOJ ŽUPANIJI**

Ksenija Petelin, prof. ped., univ spec.,

OŠ „Petar Zrinski” Čabar

# Izazovi

- ▶ Godinu iza nas obilježilo je mnogo kriznih događaja uz sve životne izazove nosimo se s pandemijom i potresom.
- ▶ Telefonska linija Hrvatskog Crvenog križa za psihosocijalnu pomoć ljudima u samoizolaciji aktivirana je i na području Primorsko-goranske županije u ožujku 2020. godine.
- ▶ Hrvatski Crveni križ priprema i osposobljava članove interventnog tima za pomoć stradalnicima kriznih situacija.





# Krizni događaj

- **Jedan ili više kritičnih događaja koji u životima pojedinca, obitelji i/ili zajednice dovode do velikih promjena.**
- Mogu biti povezani s:
  - prirodnim katastrofama (poplave, potresi, suše, tajfuni)
  - nesreće izazvane ljudskim djelovanjem (konflikti, migracije, prometne nesreće, pad aviona, pomorske nesreće, eksplozije)



# Krizni događaji velikih razmjera

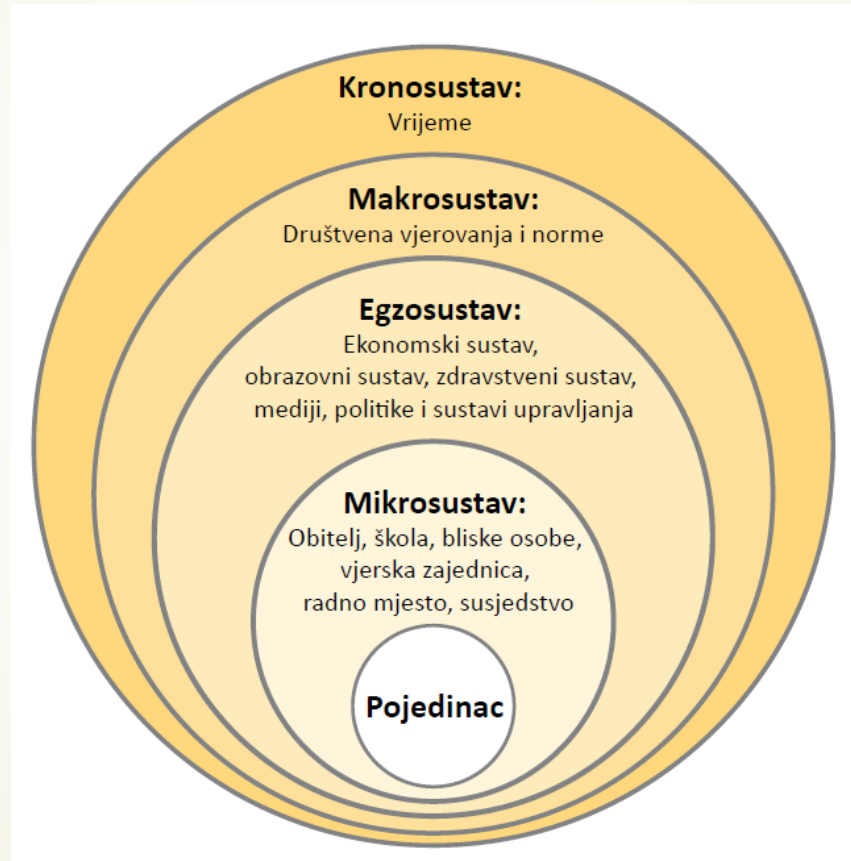
- Krizni događaji velikih razmjera nastaju kao posljedice čije prevladavanje premašuje sposobnost pogođene zajednice da se sama s njima nosi.
- **Izvanredna situacija** - lokalna ili regionalna nadležnost može rješavati u okviru svojih resursa (autobusne nesreće, lokalni požari, poplave).
- **Nesreća velikih razmjera** je događaj sa smrtnim ishodom, razaranjima, materijalnom štetom koje zahtijevaju izvanredne napore zajednice kako bi se ublažile posljedice, obično uz pomoć i izvan zajednice.
- **Katastrofa** je događaj velikih razmjera koji ozbiljno narušava uobičajeno funkcioniranje zajednice ili društva s masovnim ljudskim, materijalnim, ekonomskim ili prirodnim gubitcima. Nadilazi sposobnosti pogođene zajednice ili društva te često uključuje i međunarodnu pomoć.



# Ključna obilježja kriznih događaja:

- ▶ izvanredan i rijedak događaj,
- ▶ izvan uobičajenog ljudskog iskustva,
- ▶ izrazito uznemirujući i stresan za većinu ljudi,
- ▶ narušava ranije uspješne mehanizme suočavanja sa stresom pojedinaca ili grupa,
- ▶ uobičajeno funkcioniranje je otežano ili nemoguće,
- ▶ dolazi do gubitka autonomije i osjećaja kontrole nad životom,
- ▶ izaziva osjećaj bespomoćnosti, straha i beznađa.

# Bio-socio-ekološki model razvoja (Bronfenbrenner i Morris, 1998)



Bio-socijalno-ekološki model razvoja i uronjenosti pojedinca u razine socijalne okoline (prilagođeno iz Hoffman i Kruczek, 2011), prema: Psihosocijalna podrška u kriznim situacijama, preuzeto: <https://www.hck.hr/UserDocsImages/publikacije/Priru%C4%8Dnici/Prirucnik%20-%20Psihosocijalna%20podrska%20u%20kriznim%20situacijama.pdf>



# Nakon kriznog događaja

- ▶ prioritet sigurnost (sigurno mjesto, hrana, medicinska pomoć)
- ▶ povezivanje članova obitelji
- ▶ brza i organizirana psihološka prva pomoć
- ▶ zagovaranje brze uspostave rada institucija

# Psihosocijalna podrška (PSP)

- Proces fizičkog i psihičkog osnaživanja pojedinca njegove obitelji i socijalnog okruženja kako bi u sebi ili svojoj okolini pronašao ili stekao snage u načine za uspješno suočavanje sa stresom i brže uključio u svakodnevni život.
- Pružanje adekvatne psihosocijalne pomoći može spriječiti razvoj teškoća mentalnog zdravlja.



# Model psihosocijalne pomoći



Stupnjeviti model psihosocijalne podrške (prema Ajduković, 1996, IASC, 2007.)



# Pružanje psihosocijalne podrške BASIC model

- **B** – build relationship - izgraditi odnos povezanosti
- **A** – assess – procijeniti razinu osjećaja kontrole i potreba
- **S** – (re)structure situation – davanje strukture
- **I** – inform about- informiranje
- **S** – strengthen- osiguranje i ojačavanje socijalnih mreža stradalnika

# Psihosocijalna podrška

- Psihološka prva pomoć, Sisak 4. - 8. 1. 2021. godine:
  - ljudima smještenim u sigurnim objektima (sportske dvorane osnovnih škola i drugim sigurnim objektima),
  - prema uočenim potrebama ljudima u Sisku i mjestima u okolici,
  - podrška volonterima.





# Aktivnosti za učinkovito smanjenje stesa

- ▶ **Sigurnost** – stvaranje sigurnog mjesta i pružanje iskrenih i točnih informacija o događaju, mjerama kako mogu ostvariti svoja prava, povezivanje s drugim specijaliziranim službama i drugim temama od interesa za pogođene osobe.
  - ▶ Kako se zaštititi od posljedica potresa?
  - ▶ Ljudi stradavaju od građevina, a ne od potresa.
  - ▶ Osjećaj straha, tuge, ljutnje, frustracije zbog neizvjesnosti (čekanja statičara), novi potresi i dileme oko toga, raspodjele pomoći, nepovjerenje, uvažavanje specifičnih potreba i kulturnih razlika.
  - ▶ Prijašnja traumatska iskustva (ratni događaji, gubitci, narušeni odnosi)



# Rad s ranjivim skupinama

- ▶ starije usamljene osobe
- ▶ kronični bolesnici - nabava lijekova
- ▶ obitelji s kronično bolesnom djecom ili odraslim članovima obitelji
- ▶ oboljeli od malignih bolesti
- ▶ romske obitelji s mnogo članova
- ▶ obitelji azilanata
- ▶ djeca
- ▶ volonteri - izgaranje, žrtve i pomagači

# Normalizacija situacije

- svakodnevne promjene u kampovima bazirane na promjenama vezanim uz mogućnosti vraćanja stradalnika u njihove kuće, stanove i organizirani smještaj
- kazališne predstave za djecu i odrasle
- dolazak frizera
- timovi liječnika
- cijepljenje



# Rad s djecom

- ▶ uređenje kutića za igru
- ▶ sigurnost (stabilizirati roditelje i one koji brinu o djeci)
- ▶ razgovor s djecom na njima prihvatljiv način
- ▶ organiziranje aktivnosti





# Osobne snage

- dobra priprema, imati informacije o tome kamo se ide i kakve su potrebe
- testiranje sebe u potpuno novoj izuzetno stresnoj situaciji
- briga o vlastitoj sigurnosti i mentalnom zdravlju
- rad u timu
- međusobno osnaživanje, podrška i supervizija

# Što me se najviše dojmilo?

- ▶ volonteri (požrtvovnost, povezanost mladosti i iskustva)
- ▶ povezanost timova iz različitih dijelova Hrvatske, snalaženje u novim situacijama i novom prostoru
- ▶ snaga ljudi u potrebi: „Meni ne treba ništa, ima onih kojima je gore od mene.”





# UMJESTO ZAKLJUČKA

- ▶ naša struka u vremenu kriza nosi se s velikim izazovima rada na očuvanju i unapređivanju mentalnog zdravlja
- ▶ edukacija o pružanju psihološke prve pomoći koja obuhvaća:
  - ▶ prepoznavanje različitih teškoća kod učenika,
  - ▶ pružanje adekvatne pomoći ili upućivanje drugim stručnjacima,
  - ▶ podršku učiteljima,
  - ▶ osnaživanje kako bismo sačuvali vlastito mentalno zdravlje, nameće se kao nužnost.



# Literatura:

- ▶ Arambašić, L. (2012). Psihološka prva pomoć nakon kriznih događaja. Jastrebarsko, Naklada Slap.
- ▶ Ajduković, D., Bakić, H., Ajduković M. (2016). Psihosocijalna podrška u kriznim situacijama velikih razmjera. Zagreb, Hrvatski Crveni križ. Pristupljeno:12.3.2021.  
<https://www.hck.hr/UserDocsImages/publikacije/Priru%C4%8Dnici/Prirucnik%20-%20Psihosocijalna%20podrska%20u%20kriznim%20situacijama.pdf>



**Hvala na pažnji!**  
**[ksenija.petelin@skole.hr](mailto:ksenija.petelin@skole.hr)**

