

3. Білик П. Поняття та правова сутність управлінської категорії «регіон» // П. Білик. Право України. – 2001. – № 11. – С. 32–35.

Коритчук Наталя, Каменщук Тетяна
ЗАГАЛЬНІ ЗАСАДИ ОРГАНІЗАЦІЇ НАДАННЯ ПЕРШОЇ
ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ПОСТТРАЖДАЛИМ В УМОВАХ
НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ

Стаття присвячена дослідженням основних труднощів, а також можливостей у питаннях організації та реалізації надання послуг у сфері психосоціальної підтримки населення. Як один із шляхів вирішення зазначеної проблематики розглядається розповсюдження методу першої психологічної допомоги серед широких мас, а особливо – серед державних установ, які займаються гуманітарною роботою з населенням.

Особлива увага приділяється необхідності підготовки до роботи з населенням та координації наявних ресурсів у сфері надання послуг постраждалому населенню.

Ключові слова: перша психологічна допомога (ППД), надавачі послуг, постраждалі особи, надзвичайні ситуації, сфера психосоціальної підтримки населення.

Для кожного пересічного громадянина існує щоденна ймовірність опинитися в епіцентрі надзвичайної ситуації. Оминемо ситуацію, де людина стає безпосередньо постраждалою. Тоді залишається два варіанти — ви є очевидцем, чи надавачем допомоги постраждалим. Якщо Ви є співробітником будь-якої аварійної служби (Державна служба України з питань надзвичайних ситуацій, Нацполіція, Медицина катастроф, аварійна газова служба, працівник соціальної служби тощо), Вас викличуть чи направлять на місце події для виконання своїх службових обов'язків.

У разі ж, якщо ви стали пересічним очевидцем події (свідок ДТП), проживаєте в регіоні, де сталася тривала масштабна надзвичайна ситуація природнього (повінь, обледеніння, ураган) чи техногенного (вибухи на артскладах, витік аміаку на підприємстві) характеру, де є певна кількість (особливо якщо вона значна, багаточисельна) постраждалих осіб, виникає ймовірність залучення до роботи з населенням “усіх бажаних”.

Під час гуманітарних надзвичайних станів утворюється широкий спектр гострих і хронічних надзвичайних ситуацій, до яких призводять збройні конфлікти та стихійні лиха. Гуманітарні надзвичайні стани зазвичай призводять до масового переміщення людей. У такій ситуації потреба людей у базових послугах перевищує місцевий потенціал, оскільки місцеві

системи можуть бути зруйновані під час надзвичайної ситуації. Кількість наявних ресурсів може змінюватися в залежності від масштабів і доступності місцевої, державної та міжнародної гуманітарної допомоги [5].

Внаслідок надзвичайних ситуацій населення часто зазнає великих страждань. Гуманітарні організації все частіше працюють з метою забезпечення захисту і покращення психічного здоров'я та психосоціального благополуччя постраждалого населення під час надзвичайної ситуації і після її завершення [1].

Проте значним недоліком залишається відсутність мультисекторної, міжвідомчої структури, яка забезпечувала б ефективне координування, визначала б дієві практики й виявляла б потенційно небезпечні підходи, а також роз'яснювала б, як різні підходи до психічного здоров'я і психосоціальної підтримки доповнюють один одного [1].

Гуманітарні кризи призводять до появи низки труднощів, але також і створюють унікальні можливості для надавачів послуг у сфері психосоціальної підтримки населення. Серед таких можливостей може бути зростання політичної готовності та наявних ресурсів, необхідних для вирішення проблем у сфері здійснення першої психологічної допомоги та їх покращення [5].

У переліку ж труднощів є такі:

- надзвичайна необхідність визначити пріоритети та відповідно розподілити мізерні ресурси;
- обмежений час на навчання персоналу, що задіюється;
- обмежений доступ до спеціалістів (для проведення навчання, супервізій, менторської підтримки, перенаправлення або консультацій);
- обмежений доступ до матеріального ресурсу через дестабілізацію звичайних систем постачання.

Метою розгляду питання надання першої психологічної допомоги (далі - ППД) населенню, що постраждало від надзвичайних ситуацій природнього та техногенного характеру є якраз вирішення цих специфічних труднощів, які з'являються під час гуманітарних надзвичайних станів.

Першочерговими кроками у визначенні задіяного людського ресурсу, а також його підготовці є:

- Інформування персоналу про необхідність забезпечення підтримувальної атмосфери для людей, що пережили екстремальні ситуації.

- Вирішення, хто з персоналу пройде відповідне навчання з супроводу, надання підтримки та допомоги потерпілим від надзвичайних ситуацій будь-якого походження.

- Переконавання в тому, що ресурси наявні не тільки для проведення навчання, а й для забезпечення супервізії. Обговорення наявних проблем, труднощів з обізнаними колегами є абсолютно необхідною складовою якісної організації, процесу здійснення першої психологічної допомоги постраждалим.

- Проведення навчання принципам та методам надання першої психологічної допомоги населенню. Навчання щодо ППД може бути проведені за різними варіантами по тривалості (16-ти, 8-ми чи чотиригодинними тренінгами). На цю тему є видано ряд посібників. Ряд з них є викладено у вільному доступі в мережі разом з орієнтаційними матеріалами для методистів.

ППД — це метод, якому можна навчити як фахівців, так і нефахівців, які здатні допомагати людям, постраждалим внаслідок стресової ситуації. Це можуть бути працівники та волонтери організацій з надання допомоги під час катастроф (що належать до сектору охорони здоров'я та інших немедичних секторів), медпрацівники, вчителі, члени громад, представники місцевих органів влади та інші [4].

Для надання ППД помічникам необов'язково мати досвід роботи в галузі психічного здоров'я чи психосоціальної підтримки. Для помічників, які надають різні види допомоги і підтримки в умовах кризової ситуації, навички з надання ППД можуть бути корисними під час виконання їхньої звичної роботи. Бажано, щоб учасники:

- мали час та готовність допомагати в кризових ситуаціях;
- були доступними, і їх можна було залучати для допомоги людям, що знаходяться у стані дистресу;
- були зв'язані з відомою організацією чи групою у випадку надання допомоги під час масштабної катастрофи (для їхньої безпеки та координування ефективного реагування) [4].

Тренінг з ППД є формою активного навчання, яка передбачає отримання та первинне застосування знань щодо надання ППД у змодельованих ситуаціях, а також тренінг навичок, необхідних для відповідального і конструктивного надання ППД в умовах кризових подій. В процесі тренінгу відбувається не тільки практична перевірка і закріплення отриманих знань, а має зростати бажання і готовність учасників тренінгу надавати ППД [2].

- Інформування помічників (надавачів послуг, осіб, які виконують подібну функцію) про те, як упоратися зі збудженими людьми, які можуть вимагати або потребувати негайної уваги.
- Проведення навчання для надавачів ППД (представників соціальних служб, працівників установ, у яких розміщуються постраждалі внаслідок надзвичайних ситуацій і волонтерів) щодо того, як виявляти осіб, котрі потребуватимуть спеціалізованої допомоги вузьких спеціалістів (психологів, психотерапевтів, медиків), як допомогти людям звернутися до медичного закладу по допомогу, а також допомагати проведенням повторних оглядів (за потреби).
- Розгляд можливості призначити когось із професійними психологічними навичками, хто б розумівся на поведінкових реакціях (наприклад, психолога, психосоціального працівника чи соціального працівника, соціального педагога) пройти навчання та надавати психосоціальну підтримку під супервізією (наприклад, проводити короткострокову психологічну терапію, підтримувати роботу груп самопідтримки, навчати людей управлінню стресом).
- Інформування всього персоналу щодо локальних заходів з безпеки:
 - Вимога надання згоди (а також її обмежень), у тому числі інформування відповідних органів щодо підозри про насильство над дитиною, сексуальне та гендернозумовлене насильство та інші порушення прав людини.
 - Виявлення, відстежування та об'єднання родин. Діти, які опинилися без родин, потребують особливого захисту та в разі необхідності — перенаправлення в тимчасові заклади опіки.
 - Якщо з цим закладом охорони здоров'я з метою надання супервізії співпрацюють міжнародні спеціалісти у сфері психічного здоров'я, їх необхідно проінформувати про місцеву культуру та контекст події. Яка призвела до надзвичайної ситуації, внаслідок якої постраждали люди.
 - Інформування всього задіяного персоналу про те, які послуги, ресурси наявні та як їх варто використовувати з максимальною ефективністю та оптимальністю, доцільністю [5].

Варто пам'ятати – щодня ми можемо зіткнутися з різними кризовими подіями – стихійні лиха, аварії, пожежі, катастрофи, нещасні випадки, ДТП тощо. Постраждалими можуть виявитися окремі люди, сім'ї та цілі спільноти, люди втрачають будинки, близьких, виявляються відірваними від сім'ї та

звичного оточення або стають свідками насильства, руйнувань і смерті. Надання першої допомоги є принциповим і першочерговим питанням для збереження життя постраждалих. Однак не варто забувати і про психологічний аспект. Кризові ситуації значною мірою пов'язані зі стресом. Спектр можливих реакцій на стрес як безпосередньо в постраждалих, так і у людей, що опинилися мимоволі свідками подій, досить широкий. Наприклад, сприйняття, розуміння, реагування та поведінка людей. Людина так чи інакше психологічно втягнута в екстремальну ситуацію: як постраждалий або як очевидець.

Якщо кризи викликані природними явищами, такими як стихійні лиха, то результатом часто є гнів, спрямований проти померлих. Події, викликані діяльністю людини, можуть направити гнів проти тих, хто несе відповідальність за те, що сталося, і часто це підсилює емоційний вплив. Якщо те, що сталося, скоєно навмисно або цього можна було запобігти, це ще більше підсилює вплив події, оскільки ще важче змиритися із втратою, причиною якої стала людина, яка і хотіла заподіяти шкоду, наприклад, у разі застосування катувань або правопорушень. Розуміння того, що втрати можна було уникнути, також призводить до підвищеного почуття провини [3].

Саме уникнення наслідків надмірного емоційного впливу на постраждалих та очевидців будь-яких надзвичайних ситуацій природного чи техногенного походження, здійснення психосоціальної підтримки населення є метою реалізації комплексу заходів по організації та безпосередньо надання першої психологічної допомоги.

ДЖЕРЕЛА ТА ЛІТЕРАТУРА:

1. Керівництво МПК з психічного здоров'я та психосоціальної підтримки К 36 в умовах надзвичайної ситуації. Київ: Унів. вид-во ПУЛЬСАРИ, 2017. 216 с.
2. Перша психологічна допомога: посіб. для тренера /уклад.: Чернобровкіна В. А., Гірник А. М. Київ: Унів. Вид-во ПУЛЬСАРИ, 2017. 96 с.
3. Перша психологічна допомога: посіб. для членів загону швидкого реагування Товариства Червоного Хреста України. К., 2017. 48 с.
4. Перша психологічна допомога: посібник фасилітатора з орієнтації працівників на місцях. Київ: Унів. Вид-во ПУЛЬСАРИ, 2017. 104 с.
5. Посібник mhGAP з надання допомоги під час гуманітарних надзвичайних станів. Всесвітня організація охорони здоров'я, 2016 р. 68 с.