

Робота з постраждалими за моделлю Віво для миттєвого втручання

Рекомендації розроблено відповідно принципів, що містить дана модель, а саме:

Перший принцип – «РАЗОМ»

1. Запевніть людину яка в стресі, що вона не сама в цій ситуації й ви можете їй допомогти. Ця заява викличе відчуття безпеки, захищеності, тим, що ви поруч і постраждалий не сам. Наприклад, можна сказати: «Я тут», «Я поруч», «Ти не один/одна», «Подивись на мене» і т.д.
2. Знаходьтесь на рівні очей постраждалого.
3. Звертайтеся до постраждалого на ім'я.
4. Намагайтесь привернути увагу людини, яка перебуває в стані стресу.

Другий принцип – «ІНІЦІАТИВА»

1. Спонукайте постраждалого до активних самостійних дій, допомагаючи собі та оточуючим. Дайте йому просту інструкцію, щоб він щось робив (порахувати всіх присутніх, роздати воду або печиво, зібрати всі телефони і т.д.). Коли дії людини в стресі направлені на інших, вона швидше починає усвідомлювати, що з нею відбувається і її стан поступово нормалізується. Головна мета цього принципу – бути активним.

Третій принцип – «ПИТАННЯ»

1. Ставте дуже прості запитання, наприклад: «Як тебе звати?», «Де ти знаходишся?», «Звідки ти прийшов?», «Скільки тобі років?» і т.д.
2. Не ставте запитання, які стосуються почуттів. Це погіршить стан людини й ваші старання будуть марними.

Четвертий принцип – «УСВІДОМЛЕННЯ»

Люди в стані стресу переживають дезорієнтацію і не розуміють що з ними відбувається та що потрібно робити далі. Важливо допомогти людині вийти з цього стану.

1. Розкажіть постраждалому, що було до події, що відбувається зараз та що будете робити далі.
2. Підкреслюйте знову і знову, що подія вже завершилася.
3. Ставте запитання, які передбачають відповідь постраждалого, наприклад: «Ти хочеш посидіти тут чи погратися з дітьми ось там?», «Ти хочеш попити води чи дати тобі печиво?» та ін.

Психолог - Ольга Чистяк