

اصول اساسی حمایت های روانی  
اجتماعی در بلایا و حوادث غیر  
مترقبه

• لطفاً به تصاویری که ارائه خواهد شد  
توجه و برداشت خود را بیان کنید











DISASTER ??

•ASTRUM=ستاره

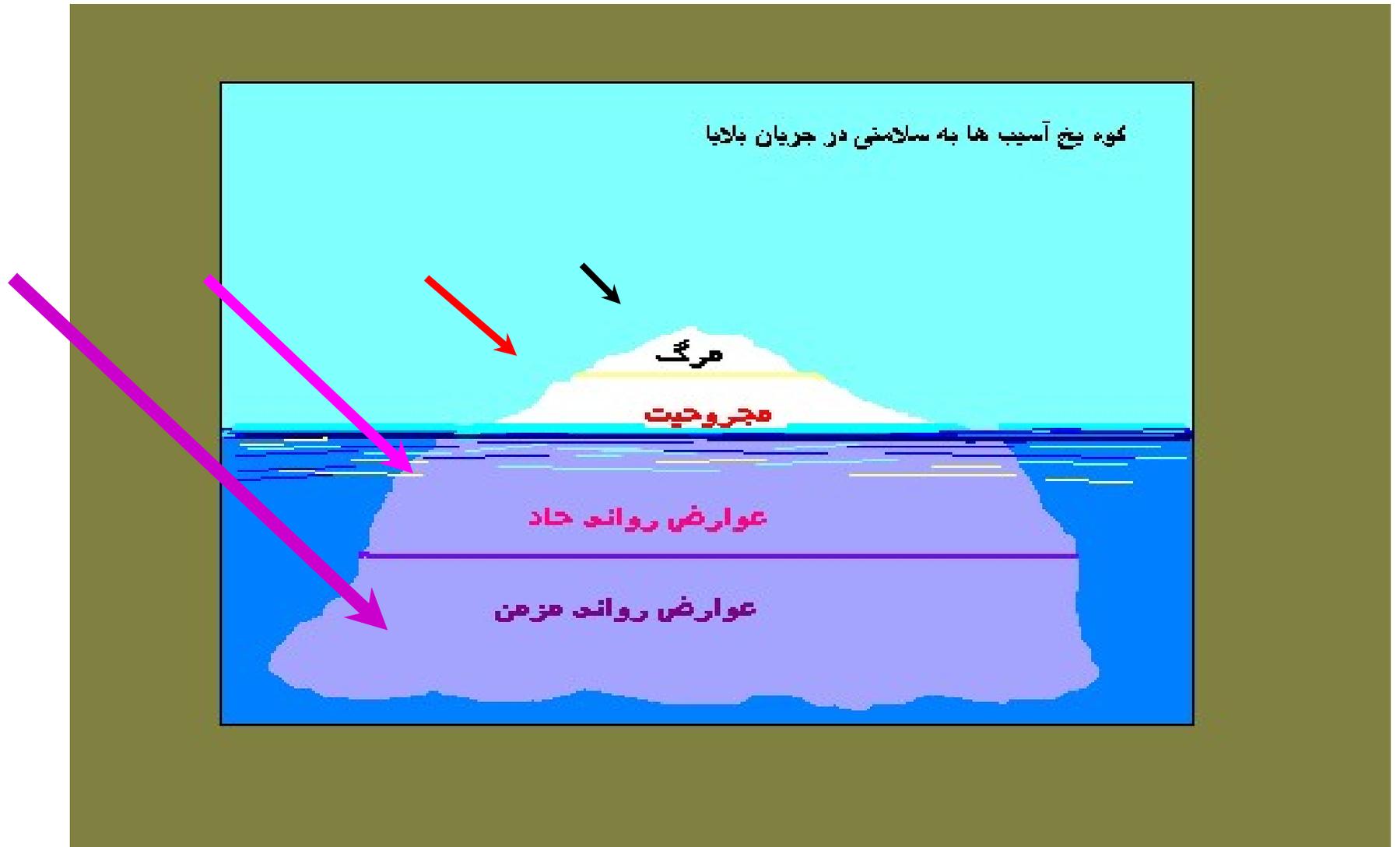
•معنی لغوی= بی ستاره یا بی اقبال

•معنی عام= مصیبت بزرگ یا فاجعه

تعریف بلا از نظر سازمان جهانی بهداشت

• یک بلا عبارت است از **درهم ریختگی**  
**شدید** زیست محیطی و روانی اجتماعی که  
بسیار فراتر از **ظرفیت انطباقی** جامعه  
مبتلاست

# عوارض بلايا



## طبقه بندی بلايا

- بلاياى طبيعى
- بلاياى انسان ساخته

## بلایای انسان ساخته:

جنگ بزرگترین بلای انسان ساخته است. ولی بلایای انسان ساخته متعدد دیگری نیز وجود دارد که در جدول زیر فهرست بندی شده است:

Jetliner crashes	سقوط هواپیما
Passenger liner sinkings	فرو ریختن مسیر عابرین پیاده
toxic chemical release	آزاد شدن مواد شیمیایی سمی
nuclear accident	حوادث هسته‌ای
terrorism / ecoterrorism	تروریسم یا ایجاد وحشت و ارباب در مردم
socio economic calamities	مصیبت‌های اجتماعی - اقتصادی

## بلاایای طبیعی

در جدول زیر مهمترین بلاایای طبیعی فهرست بندی شده است :

earthquake	زلزله
volcanoes	آتشفشان
tornados / typhoons	گردباد / طوفان
tsunami	امواج سهمگین از دریا به خشکی
forest fires	آتش سوزی جنگل‌ها
floods	سیل
muds slide / avalanches	لغزش گل / سقوط بهمن
heat / drought	گرم‌مازدگی / خشکسالی
pest infestation / epidemics	طاعون / همه‌گیرها

با جمع بندی نظریات بارتون (Barton) ۱۹۶۹ و گرین (Green) ۱۹۸۲ ابعاد زیر را در طبقه بندی بلایا می توان در نظر گرفت (۱۶):

۱- میدان عمل حادثه (scope of the impact) از نظر جغرافیایی و تعداد افراد درگیر شده.

۲- سرعت وقوع حادثه (speed of the onset) ناگهانی، تدریجی، خزنده یا مزمن.

۳- طول مدت اثر حادثه (duration of the impact) مثلاً حملات تکراری.

۴- آمادگی اجتماعی (social preparedness of the community).

۵- محیطی یا مرکزی بودن بلا (Peripheral vs central) در رابطه با یک جامعه جغرافیایی.

اصول اساسی حمایت های روانی  
اجتماعی در بلایا و حوادث غیر  
مترقبه

## مداخله در بحران

- حمایت از سازوکارهای سازگاری

- کاهش واکنش‌های بی‌درنگ

- پیشگیری از مشکلات بلند مدت

# اصول

- ارائه مراقبت های اولیه اولیه و کمک های اولیه روانشناختی
- کمک بلادرنگ
- توجه به موضوع و چشم انداز خانواده
- خدمت محور و تلاش برای پاسخگویی به نیاز ها
- دادن اطلاعات
- - نگاه سلامت محور

# اصول اصلی

- انزوا و احساس گناه را کاهش دهید
- حمایت کنید
- عادی سازی کنید
- چشم اندازهای مثبت را تقویت کنید
- اعتبار بدهید

# مداخله در بحران

- سازمان‌دهی و هماهنگی
  - کارکنان بیش/کمتر از اندازه
  - موانع موجود در بین متخصصین
  - رویکرد روانشناسی-اجتماعی در برابر رویکرد جسمانی

● برنامه‌ریزی

● آموزش

● مستند سازی

# مداخله غیر مستقیم در بحران

- شبکه را بسیج کنید
- از تنشهای بیشتر جلوگیری کنید
- نظامهای حمایتی مثبت و معمول را تقویت کنید
- امنیت و قابلیت پیش بینی ایجاد کنید
- مسؤولیتهای را سلب نکنید
- توقعات و انتظارات مثبت را حفظ کنید
- رابطه بین تجربهها و واکنشها را تشریح کنید

## مداخله غیر مستقیم در بحران

- شبکه را بسیج کنید
- از تنشهای بیشتر جلوگیری کنید
- نظامهای حمایتی مثبت و معمول را تقویت کنید
- امنیت و قابلیت پیش بینی ایجاد کنید
- مسؤلیتها را سلب نکنید
- توقعات و انتظارات مثبت را حفظ کنید
- رابطه بین تجربهها و واکنشها را تشریح کنید

## مداخله مستقیم در بحران

- کاهش تنش
- جلسات بحران
- حمایت هم‌سن و سالها
- مداخلات آموزشی - روانی
- مداخلات گروهی
- بازگویی روانشناختی
- مداخلات خاص آسیب

# پیوستار سلامت روانی-اجتماعی و ذهنی

- فعالیتهای اجتماعی و بازی بدون ساختار
- توزیع اسباب بازی یا وسایل دیگر بین کودکان یا بزرگسالان برای بازی یا معاشرت
- معاشرت / بازی ساختار یافته یا فعالیتهای گروهی
- سازمان دهی گروه های گروه های بازی یا خدمات پیش دبستانی، فعالیتهای مدرسه ای ، فعالیتهای بازی یا ورزشی ساختار یافته ، جلسات زنان و مانند آنها
- آموزش روانی-اجتماعی و فعالیتهای روانی-اجتماعی هدایت شده فعالیتهای سازمان یافته با اهداف روشن روانی-اجتماعی: آموزش روانشناختی، فعالیتهایی که در کلاس درس یا مراکز اجتماعی بر اساس اصول روانشناسی و با اهداف روشن و نتایج قابل پیش بینی انجام میشوند
- مشاوره : بازگویی فردی ، گروهی یا کلی ، پشتیبانی روانی از افرادی که دچار آسیب شده اند یا داغ دیدگان
- ارائه سیستماتیک خدمات روانشناختی به گروهها یا افرادی که مستقیماً تحت تأثیر فاجعه قرار گرفته اند به وسیله افراد حرفه ای و متخصص
- خدمات تخصصی سلامت روانی
- خدمات روانشناختی / روان پزشکی به وسیله متخصصان بهداشت روان، رسیدگی به واکنشهای شدید و آسیب شناسی روانی به وسیله متخصصان مجاز بهداشت روان.

# یک الگو

- روانشناسی بحران
- روانشناسی رشد
- روانشناسی گروه اجتماعی و بهداشت عمومی
- کوتاه مدت، میان مدت و بلند مدت
- پیشگیری و مداخله
- ایجاد ظرفیت
- مشارکت اجتماعی
- بسیج اجتماعی

# یک الگو

- اطلاع رسانی و آموزش روانی
  - رویداد
  - از کجا کمک بگیریم
  - واکنشها
- مداخلات گروهی / در کلاس درس
  - فعالیتهای بازی ساختار یافته
  - یازگویی روانشناختی
- مشاوره برای آسیب و اندوه