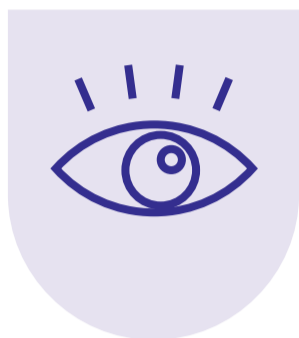


Teikiant pirmąją psichologinę pagalbą svarbu:

Stebėti



- Ieškoti informacijos apie tai, kas įvyko ir vyksta
- Išsiaiškinti, kam reikia pagalbos
- Identifikuoti kylančias saugumo rizikas
- Atkreipti dėmesį, ar yra gyvybei pavojingų fizinių sužalojimų
- Suprasti poreikius, kuriuos reikia atliepti pirmiausiai
- Stebėti emocines reakcijas

Išgirsti



- Priėti prie į nelaimę patekusio žmogaus
- Prisisistatyti
- Atkreipti dėmesį ir aktyviai klausytis
- Nevertinant priimti kito žmogaus jausmus
- Nuraminti nelaimės ištiktą žmogų
- Paklausti apie jo poreikius ir rūpesčius
- Atliepti žmogaus neatidėliotinus poreikius ir padėti išspręsti kilusias problemas

Nukreipti



- Suteikti reikiamą informaciją
- Susisiekti su artimaisiais ir reikiamomis įstaigomis
- Spręsti praktines problemas
- Gauti paslaugas ir kitą pagalbą

Ši informacija parengta gavus Europos Sąjungos paramą. Už jos turinį atsako Lietuvos Raudonasis Kryžius ir jis nebūtinai atspindi Europos Sąjungos požiūrį.



Psichikos sveikata



Funded by
the European Union



Psychosocial Centre