

برنامه حمایت‌های روانی اجتماعی در بلا یا حوادث غیر مترقبه

خدمات حمایت‌های روانی اجتماعی یکی از مهمترین و ضروری‌ترین خدمات حوزه سلامت است که براساس پروتکل کشوری حمایت‌های روانی اجتماعی طی مراحل مختلفی پس از حادثه به افراد آسیب دیده ارائه می‌شود. این خدمات از روزهای اول پس از حادثه تا یک دوره شش ماهه الی یکساله در منطقه و سپس در مراکز خدمات جامع سلامت ادامه می‌یابد.

مراحل مختلف واکنش‌های روانی و رفتاری پس از حوادث و بلاها:

- به طور معمول به دنبال بحران‌هایی همچون سیل و زلزله، افراد از مراحل مختلفی عبور می‌کنند که عبارتند از:
- ۱- **اثر یا ضربه:** این مرحله طی چند دقیقه اول پس از سانحه رخ می‌دهد. طی این دقائق افراد دچار رعب و وحشت می‌شوند، گاه نیز حالت‌هایی همچون بهت زدگی و درماندگی مشاهده می‌گردد. در این مرحله افراد قدرت انجام هیچ کاری را ندارند. این حالت معمولاً گذرا و کوتاه مدت است و در اکثر موارد قبل از رسیدن نیروهای کمکی پایان می‌یابد. باقی‌ماندن در این مرحله، نیازمند مداخله فوری است.
 - ۲- **قهرمان گرایی:** در ساعات اولیه رخ می‌دهد. مردم سعی می‌کنند به کمک هم کاری انجام دهند و افراد احساس مسئولیت می‌کنند، به طور داوطلبانه در امداد رسانی شرکت می‌نمایند. به این ترتیب تا قبل از رسیدن نیروهای کمکی بسیاری از کارها را خود افراد بازمانده انجام می‌دهند. نکته مهم در مورد این مرحله این است که تحریک پذیری افراد طی این مرحله بسیار بالاست و در عین حال درجات بالایی از گذشت و فداکاری را از خود نشان می‌دهند. مسئله دیگر نیاز به ایجاد هماهنگی و رهبری با هدف افزایش تأثیر فعالیت‌های داوطلبانه است.
 - ۳- **امیدواری و فراموشی غم:** یک هفته تا چند ماه پس از حادثه بروز می‌کند. این مرحله با رسیدن نیروهای کمکی و آغاز توزیع کمک‌ها آغاز می‌گردد. توزیع کمک‌ها در پیدایش تعادل روانی، کاهش اختلالات شدید عاطفی و حس خشم و انتقام جویی موثر هستند.
 - ۴- **روبرویی با واقعیت‌ها:** این مرحله حدود ۲ تا ۳ ماه بعد از وقوع فاجعه آغاز می‌شود، یعنی زمانی که اکثر نیروهای امداد از منطقه خارج می‌شوند. در این مرحله، بازماندگان متوجه عمق خسارت‌ها و جبران ناپذیری بخش بزرگی از خسارات می‌گردند. در این مرحله بازماندگان نیازمند حمایت‌های روانی بیشتری هستند. چرا که مجدداً روحیه خود را از دست می‌دهند، افسرده و مضطرب می‌گردند و احساس تنهایی شدیدی می‌کنند. ایجاد روحیه امید و اعتماد و دقت در توزیع عادلانه هر گونه امکانات در این مرحله از اهمیت بسیاری برخوردار است.
 - ۵- **تجدید سازمان:** بین ۶ ماه تا یکسال پس از فاجعه رخ می‌دهد. بازماندگان شروع به بازسازی روانی و از سر گرفتن زندگی روزمره خود می‌کنند. افراد به این نتیجه می‌رسند که بازسازی زندگی با اتکا بر توانایی‌های خود آن‌ها امکان پذیر است.

در طبقه بندی حوادث و بلاهای طبیعی فاکتورهایی ذیل موثر و قابل تعمق است:

(الف) قلمرو تأثیر حادثه (Scope of the impact): از نظر جغرافیایی و تعداد افراد درگیر شده

(ب) سرعت وقوع حادثه (Speed of the onset): ناگهانی، تدریجی، خزنده یا مزمن

(ج) طول مدت اثر حادثه (Duration of the impact): مثلاً حملات تکراری (پس لرزه‌ها)

(د) آمادگی اجتماعی (Social preparedness of the community)

(ه) محیطی یا مرکزی بودن بلا (peripheral vs central) در رابطه با موقعیت جغرافیایی

اهداف کلی برنامه

- پیشگیری از عوارض روانی اجتماعی ناشی از حوادث غیر مترقبه