

کمک های اولیه روانشناختی در بحران

(ویژه مدیران)

پس از وقوع هر حادثه بحرانی و غیرمترقبه، مدیران علاوه بر سعی در برنامه ریزی و هدایت عملیاتی حادثه بایستی به نکات زیر توجه نمایند:

۱- مدیریت و برنامه ریزی

باتوجه به اینکه رخداد هر حادثه ای منجر به تغییر فعالیت های معمول سازمان شده، سردرگمی و ابهام ایجاد می کند؛ بایستی برنامه ریزی جدید و نقطه به نقطه برای شرایط جدید طراحی و اجرا گردد. در این خصوص بهتر است فرایندها بصورت مصور و تا حد امکان ساده تهیه شده و در اختیار تمام افراد قرار داده شود.

۲- پیش بینی چالش ها و مشکلات پیش رو

هر رویداد و حادثه ای به دلیل ویژگی نو و تازگی، شامل وقایع پیش بینی نشده است. بهتر است در جلسات بارش فکری تمام جوانب دیده شده تا بتوان سرعت عملکرد را افزایش و بالطبع استرس و اضطراب موجود را کاهش داد.

۳- استفاده از کلیه ظرفیت های موجود و جایگزینی به موقع نیروها، برای پیشگیری از خستگی و آسیب دیدگی روانی تیم بهداشتی درمانی

۴- در انتخاب سلسله مراتب شرایط لازم و کافی برای انتخاب افراد در نظر گرفته شود.

۵- مدیریت مشارکتی. به منظور کاهش احتمال خطا، تصمیم گیری جمعی انجام شود.

۶- بیان واقعیت ها برای پیشگیری از گسترش شایعات

۷- به افراد اطلاعات صحیح بدهید. باتوجه به گستردگی اخبار ضد و نقیض در رسانه ها و شبکه های اجتماعی لازم است مسئولین استانی برای افزایش اعتماد عمومی و بدنبال آن همکاری عموم جامعه نسبت به اطلاع رسانی صحیح اقدام کنند. بویژه:

✓ علائم و نشانه های بیماری

✓ راه های پیشگیری

✓ محل ارائه خدمت

۸- کاهش واکنش های ایجاد شده در زمان مناسب

۹- حمایت روانی پرسنل بهداشتی درمانی

۱۰- در اجتماعات مردمی حضور پیدا کنید.