

ΔΙΑΧΕΙΡΗΣΗ ΚΡΙΣΕΩΝ  
ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΑΝΤΙΔΡΑΣΕΙΣ & ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ



ΜΠΕΡΓΙΑΝΝΑΚΗ – ΔΕΡΜΙΤΖΑΚΗ ΝΑΝΤΙΑ  
Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Ψυχιατρικής Παν/μίου Αθηνών (ΕΚΠΑ)



ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟ  
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΑΚΟ  
ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ  
ΨΥΧΙΚΗΣ  
ΥΓΙΕΙΝΗΣ

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ  
Α΄ ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ  
ΛΙΓΙΝΗΤΕΙΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ



ΟΙ ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΕΣ συνεπάγονται  
ΜΕΓΑΛΟ Ψυχοκοινωνικό ΚΟΣΤΟΣ



Το **Ψυχοκοινωνικό** κόστος  
είναι χρονικά και οικονομικά  
**πολλαπλάσιο**  
από το υλικό που προκαλείται  
άμεσα  
από την καταστροφή



## ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΜΙΑ ΜΑΖΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΗ ;

**Ένα έκτακτο γεγονός,  
χωροχρονικά συμπυκνωμένο,  
που προκαλεί μεγάλο εύρος απώλειες και βλάβες  
στον περιβάλλοντα χώρο (φυσικό - κοινωνικό)  
ή / και σε ομάδες ατόμων**



## ΤΡΑΥΜΑ / ΠΑΡΑΓΩΝ ΣΤΡΕΣ

DSM IV

Εμπειρία, Μαρτυρία, ή Αντιμετώπιση γεγονότος  
το οποίο συνεπάγεται :

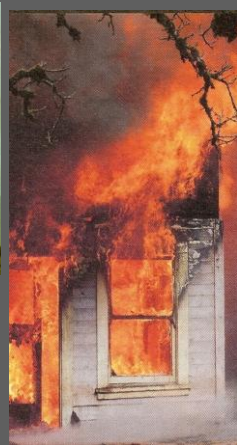
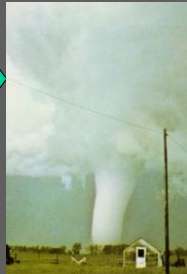
Θάνατο ή  
Σοβαρό τραυματισμό ή  
Απειλή της σωματικής ακεραιότητας  
του ατόμου ή

η απάντηση σε αυτό περιλαμβάνει:

Έντονο φόβο  
Αβοηθητότητα  
**“Τρόμο”**

Τα Τραυματικά γεγονότα προκαλούν  
**ΤΡΟΜΟ**

**ΠΡΙΝ**



**Κατά την διάρκεια**

**ΜΕΤΑ**

Τα τραυματικά γεγονότα και τα συναισθήματα  
από αυτά προκαλούν  
στο άτομο & την κοινωνία του  
**ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗ**

**ΚΡΙΣΗ**

Όλα τα  
**«ΤΡΑΥΜΑΤΙΚΑ ΓΕΓΟΝΟΤΑ»**

Προκαλούν ψυχικές και  
σωματικές αντιδράσεις  
και έχουν επιπτώσεις  
στην  
**«Ψυχική Υγεία»**



Τα τραυματικά γεγονότα προκαλούν  
αύξηση  
των Συναισθηματικών  
και των Αγχωδών διαταραχών



# ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗ ΑΝΤΙΔΡΑΣΗ ΣΕ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΟ ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΙΚΟ ΣΥΜΒΑΝ



Ένταση  
Έκταση  
Διάρκεια

Βαθμός απωλειών

## ΕΝΤΑΣΗ ΚΑΙ ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗΣ ΑΝΤΙΔΡΑΣΗΣ



Η ψυχολογική αντίδραση ποικίλλει από άτομο σε άτομο

και εξαρτάται:

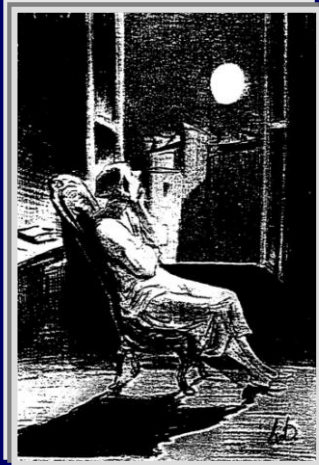
Από το είδος και την έκταση του καταστροφικού συμβάντος

Από τα χαρακτηριστικά του ατόμου



Από την σύσταση του κοινωνικού περίγυρου

Η φυσιολογική αντίδραση σε ένα τραυματικό γεγονός περιλαμβάνει συμπτώματα όπως:

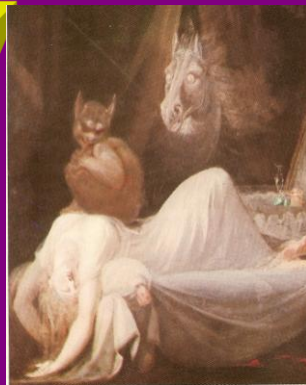


Αϋπνία

Υπεραντιδραστικότητα

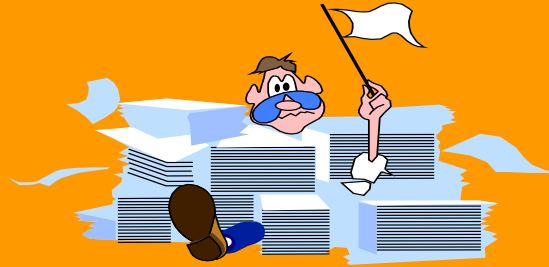
Ήπια καταθλιπτική αντίδραση

Επαναληπτικές  
αναμνήσεις  
Εφιάλτες



Θεωρούνται φυσιολογικές συνέπειες του τραύματος και χρησιμοποιούνται από τον οργανισμό σαν επεξεργασία για την απάλειψη της τραυματικής μνήμης

Οι μηχανισμοί που χρησιμοποιεί ένα άτομο  
για να αντεπεξέλθει σε μία κρίση



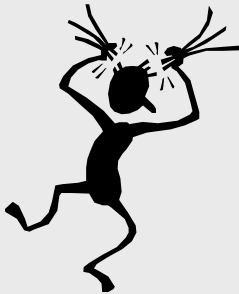
μαθαίνονται από αυτό



και κινητοποιούνται  
και σε επόμενες παρόμοιες καταστάσεις

Μία ΚΕΝΤΡΙΚΟΥ ΤΥΠΟΥ /ΜΑΖΙΚΗ Καταστροφή  
συνεπάγεται δύο (2) ΤΡΑΥΜΑΤΑ

**A. Στο ατομικό επίπεδο**



**B. Στο συλλογικό επίπεδο**



ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΙΚΟ ΣΥΝΕΧΕΣ

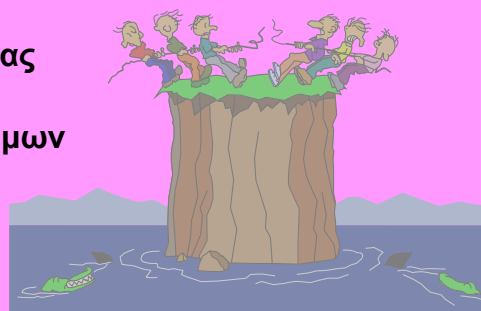
## ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗ ΑΝΤΙΔΡΑΣΗ ΣΕ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΟΝ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΠΕΡΙΓΥΡΟ

- Οργάνωση των μελών της πληγείσας ομάδας
- Επίπεδο ετοιμότητας για αντιμετώπιση εκτάκτων συνθηκών
- Επίπεδο αποτελεσματικότητας τοπικών υπηρεσιών
- Προσδοκώμενη συμπαράσταση
- Παρεχόμενη εξωτερική βοήθεια



Οι αντιδράσεις  
της κοινωνικής ομάδας  
&  
οι αντιδράσεις των ατόμων

είναι εντονότερες



όταν τα άτομα  
δεν έχουν  
προηγούμενη ετοιμότητα  
για την αντιμετώπιση  
επικινδύνων συνθηκών



## Αρνητικές επιπτώσεις της κρίσης από μια μείζονα καταστροφή στο ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ

- Αμεση κοινωνική παθολογία που συνδέεται με το συμβάν και τις άμεσες επιπτώσεις του



- Μετάπτωση σε χρόνια κοινωνική παθολογία που σχετίζεται με τις αλλαγές στο κοινωνικό και φυσικό περιβάλλον



- Αύξηση εγκληματικότητας
- Άρση κοινωνικών αναστολών
- Έκλυση ηθών
- Επιδείνωση σχέσεων με αρχές και δικαιοσύνη



Οι διάφορες φάσεις (περίοδοι) μιας καταστροφής συνοδεύονται από ανάλογες συμπεριφορές και αντιδράσεις



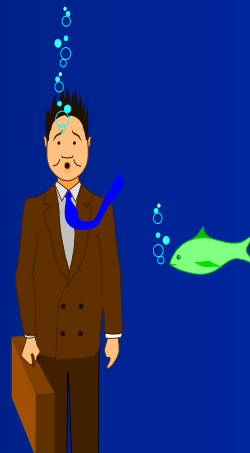
## ΠΕΡΙΟΔΟΙ ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΗΣ

### 1. ΠΡΟΚΑΤΑΣΤΡΟΦΙΚΗ



## ΑΚΑΤΑΛΛΗΛΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΠΡΟΚΑΤΑΣΤΡΟΦΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΟ

- ☞ Αναποτελεσματική
- ☞ Άρνηση (συνειδητή ή ασυνείδητη)
- ☞ Μοιρολατρία
- ☞ Ακατάλληλη δραστηριότητα (υπεραπασχόληση)



## ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΠΡΟΚΑΤΑΣΤΡΟΦΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΟ

☞ Σωστή προετοιμασία



☞ Δοκιμαστικές κινητοποιήσεις



☞ Σχεδιασμός



☞ Επαρκής ενημέρωση



## ΠΕΡΙΟΔΟΙ ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΗΣ

2.

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗΣ



## ΠΕΡΙΟΔΟΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗΣ

(Σήμα ή σαφείς ενδείξεις για επικείμενη καταστροφή)

Ακατάλληλη δραστηριότητα:

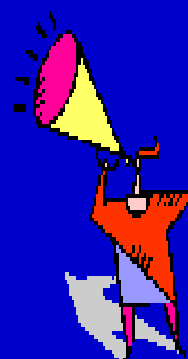
- ☞ Υπερδραστηριότητα
- ☞ Ασύντακτη Φυγή
- ☞ Αδράνεια



## ΠΕΡΙΟΔΟΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗΣ

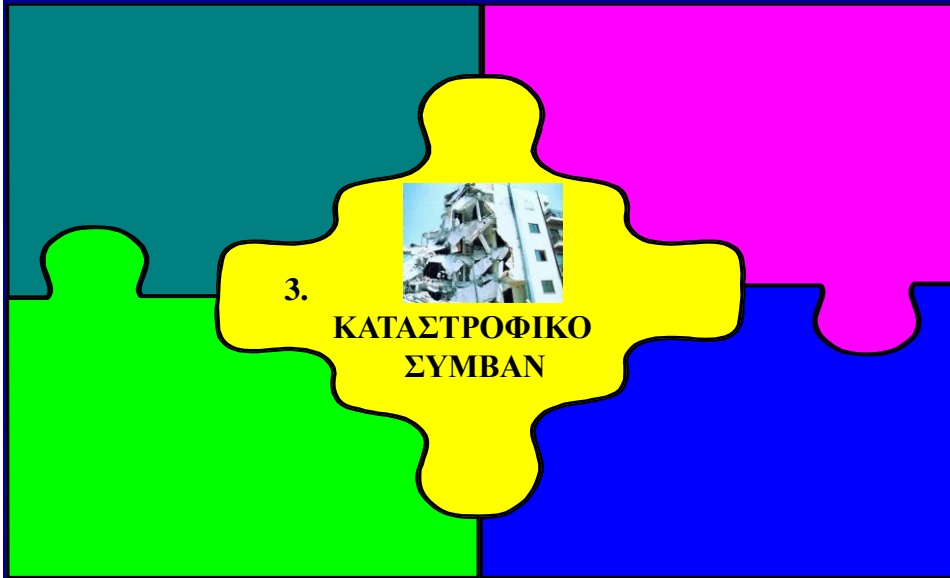
Κατάλληλη συμπεριφορά:

Υπακοή στις οδηγίες  
Συντεταγμένη κινητοποίηση



!! Μόνο ενήμερες και καλά προετοιμασμένες  
κοινωνικές ομάδες  
κινητοποιούνται συντεταγμένα !!!

## ΠΕΡΙΟΔΟΙ ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΗΣ



## ΠΕΡΙΟΔΟΣ ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΙΚΟΥ ΓΕΓΟΝΟΤΟΣ

Ακατάλληλη Συμπεριφορά = Αναποτελεσματική ή επικίνδυνη

- Πανικός (10% του πληθυσμού)
- Απουσία δραστηριότητα - Αδράνεια (60-80% του πληθυσμού)
- Αναποφασιστικότητα
- Υποβολιμότητα
- Εξαιρετικά πειθήνια συμπεριφορά (επικίνδυνη !!!)



## ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΟ

- Οι προσωπικότητες γίνονται καρικατούρες
- Συμπτώματα ψυχικής και αυτόνομης υπερδραστηριότητας
- Ψυχολογική αναλγησία (αυτοκαταστροφική έκθεση)
- Αυταπάρνηση και αλτρουισμός
- Παθητική αντιγραφή κοινωνικών αρχηγών



## ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΠΕΡΙΟΔΟ ΤΗΣ ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΗΣ

- ☞ Αίσθημα αβοηθητότητας
- ☞ Αίσθημα αδυναμίας
- ☞ Αίσθημα έκθεσης σε τρομακτική απειλή
- ☞ Φόβος
- ☞ Ανησυχία
- ☞ Άγχος
- ☞ Θλίψη
- ☞ Ουμός
- ☞ Δυσπιστία
- ☞ Ψυχοκινητική καθυστέρηση
- ☞ Συναισθηματική απόσυρση



## ΠΕΡΙΟΔΟΣ ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΙΚΟΥ ΓΕΓΟΝΟΤΟΣ ΚΑΙ ΑΜΕΣΩΣ ΜΕΤΑ

- ❖ Αύξηση του άγχους



## ΠΕΡΙΟΔΟΣ ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΙΚΟΥ ΓΕΓΟΝΟΤΟΣ ΚΑΙ ΑΜΕΣΩΣ ΜΕΤΑ

- ❖ 50% εμφανίζουν έντονο φόβο θανάτου



## ΠΕΡΙΟΔΟΣ ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΙΚΟΥ ΓΕΓΟΝΟΤΟΣ ΚΑΙ ΑΜΕΣΩΣ ΜΕΤΑ

❖ Εμφάνιση ψυχοσωματικών αντιδράσεων σχεδόν στο σύνολο του πληθυσμού:

- ταχυκαρδία
- τρόμος
- εύκολο ξάφνιασμα
- ζάλη
- διαταραχή της συγκέντρωσης
- ευερεθιστότητα
- διαταραχές ποιότητας και ποσότητας ύπνου

### Επέμβαση στην «Μετακαταστροφική ΚΡΙΣΗ»

Το άτομο που βρίσκεται  
σε ΚΡΙΣΗ  
είναι πολύ ευαίσθητο  
και στις παραμικρές  
βοηθητικές παροχές





## Παροχή μαζικών ανθρωπιστικών υπηρεσιών

**Η αντιμετώπιση αφορά  
και τις πιο απτές ανάγκες**



**(τις περισσότερες φορές αυτό αρκεί)**



## ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΜΕΡΙΜΝΑ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΟ

- ☞ Η Ψυχοκοινωνική παρέμβαση να γίνεται από σπίτι σε σπίτι
- ☞ Η πρόιμη αντιμετώπιση εξασφαλίζει την εμπιστοσύνη των πληγέντων
- ☞ Ανακοίνωση όλων των ψυχοκοινωνικών δυνατοτήτων \*

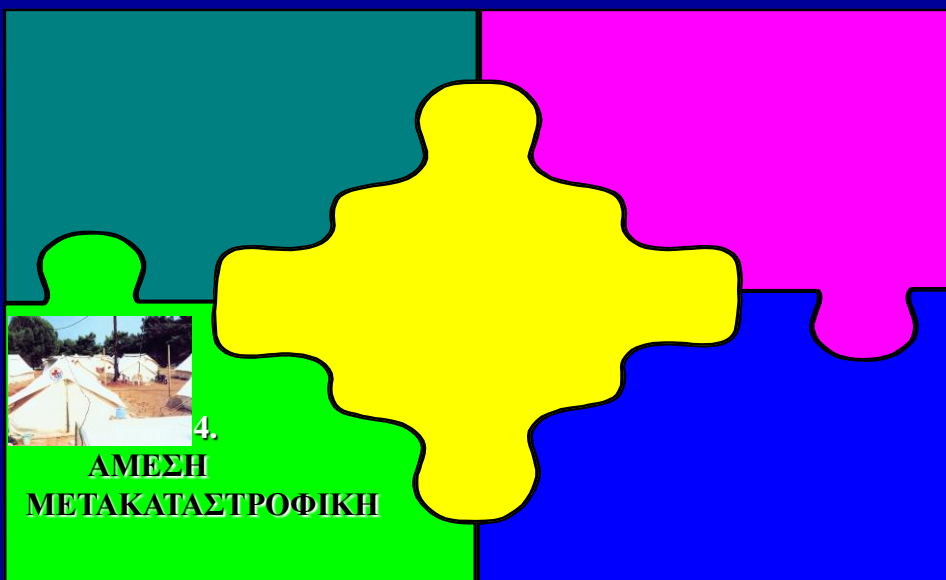
***\*(Η τακτική αυτή ενισχύει τους πληγέντες να κινητοποιήσουν τις δικές τους δυνάμεις)***

## ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΜΕΡΙΜΝΑ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΟ



- ☞ Επιβεβαίωση ότι οι πληγέντες είναι πλέον ασφαλείς
- ☞ Χειρισμός του οξέως άγχους που έχει αναπτυχθεί
- ☞ Άμεση κάλυψη των φυσικών αναγκών
- ☞ Αποκατάσταση των οικογενειακό-κοινωνικών επαφών
- ☞ Μέριμνα για άτομα με ειδικές ανάγκες
- ☞ Παροχή ικανοποιητικής πληροφόρησης
- ☞ Διατήρηση και εξασφάλιση της δημόσιας τάξης
- ☞ Κινητοποίηση όλων των φορέων ψυχοκοινωνικής βοήθειας

## ΠΕΡΙΟΔΟΙ ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΗΣ



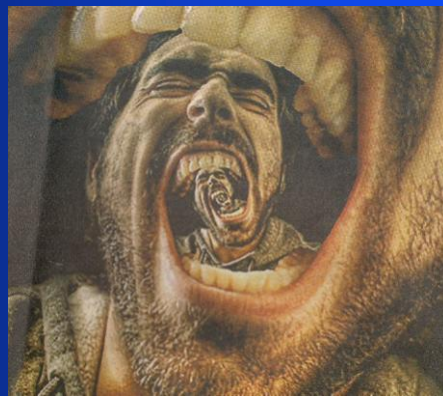
## ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΕΣ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΑΜΕΣΗ ΜΕΤΑΚΑΤΑΣΤΡΟΦΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΟ

- ☀ Απάθεια
- ☀ «Μούδιασμα»
- ☀ Μηρυκασμός καταστροφικού συμβάντος



## ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΕΣ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΑΜΕΣΗ ΜΕΤΑΚΑΤΑΣΤΡΟΦΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΟ

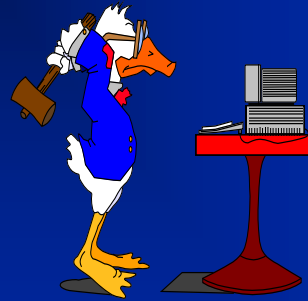
Εφιάλτες



## ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΕΣ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΑΜΕΣΗ ΜΕΤΑΚΑΤΑΣΤΡΟΦΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΟ

### ΕΞΑΡΤΗΣΗ - ΠΑΛΙΝΔΡΟΜΗΣΗ

Οργή και μετάθεση της οργής



(Αρχές και σωστικές ομάδες συχνά γίνονται  
στόχος αυτής της οργής)

## ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΑΜΕΣΗ ΜΕΤΑΚΑΤΑΣΤΡΟΦΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΟ

Προσκόλληση & Υπερβολικές προσδοκίες παροχών  
από φορείς και εξουσία



Συναισθηματικές εκρήξεις



Συναισθηματικές διακυμάνσεις

## ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΑΜΕΣΗ ΜΕΤΑΚΑΤΑΣΤΡΟΦΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΟ

Ενδοστρέφεια της επιθετικότητας:

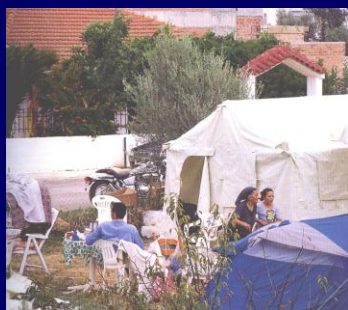


ενοχές  
αντίληψη υπερφυσικής τιμωρίας

Σωματοποιήσεις

Επινέμηση ψυχολογικού κλίματος

## ΡΟΛΟΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΩΝ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ ΚΑΤΑ ΤΟΥΣ ΠΡΩΤΟΥΣ 6 ΜΗΝΕΣ



ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΕΠΑΦΗΣ  
ΜΕ ΤΟΥΣ ΠΛΗΓΕΝΤΕΣ

Αργότερα αναπτύσσονται μηχανισμοί  
ενδοστρέφειας και επιθετικότητας  
και δυσχεραίνουν την προσέγγιση



## ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΚΑΙ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ ΚΑΤΑ ΤΗΝ Α.Μ.Π.

1. Γενική παρέμβαση που σχετίζεται με τα επίκαιρα προβλήματα
2. Τηλεφωνική Γραμμή Άμεσης Ψυχοκοινωνικής Υποστήριξης (Τ.Α.Ψ.Υ)
3. Συμβουλευτική – Εκπαιδευτική δραστηριότητα
4. Προγράμματα για : Σχολεία

Μεγάλους Οργανισμούς

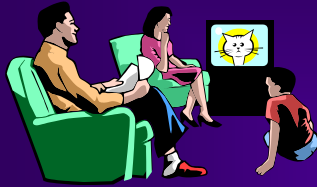
Μεγάλες Επιχειρήσεις

### ΕΡΓΟ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΩΝ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ ΚΑΤΑ ΤΗΝ Α.Μ.Π. (συνέχεια)

- Δημιουργία ομάδων αλληλο-υποστήριξης μεταξύ των πληγέντων
- Ψυχοθεραπευτική ανταλλαγή βιωμάτων
- Οργάνωση και λειτουργία τηλεφωνικής γραμμής άμεσης ψυχοκοινωνικής βοήθειας
- Επικοινωνία με τα ΜΜΕ
- Καταστολή φημών
- Διάδοση χρήσιμων πληροφοριών
- Μαζική παρέμβαση



## ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΜΕΣΩ ΤΥΠΟΥ & ΜΜΕ ΚΑΤΑ ΤΗΝ Α.Μ.Π.

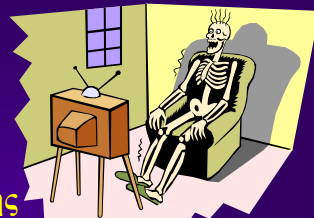


### ΘΕΤΙΚΗ ΣΥΝΕΙΣΦΟΡΑ

- 💡 Πληροφόρηση του κοινού για την ψυχοκοινωνική προσπάθεια
- 💡 Διαφήμιση θεραπευτικών προγραμμάτων
- 💡 Συμβουλευτική κοινωνικής υποστήριξης
- 💡 Ενίσχυση νέων ομάδων από εθελοντές
- 💡 Ανακάλυψη προβλημάτων

## ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΜΕΣΩ ΤΥΠΟΥ & ΜΜΕ

### ΑΡΝΗΤΙΚΗ ΣΥΝΕΙΣΦΟΡΑ



Επανελημμένη εμπίωση της καταστροφής  
Αύξηση της έντασης των μετατραυματικών αντιδράσεων  
Αύξηση των ποσοστών Οξείας Αντίδρασης στο Στρες (ΟΑΣ)

- ➔ Περαιτέρω τραυματισμός ευάλωτων ομάδων (παιδιά, ηλικιωμένοι κ.τ.λ)
- ➔ Έντονη πληροφόρηση = παραπληροφόρηση του κοινού
- ➔ Πρόκληση σύγχυσης

## ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΗ ΤΩΝ ΜΜΕ ΑΠΟ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ ΠΑΡΟΧΗΣ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ

Καθορισμένα μέλη αναλαμβάνουν την επικοινωνία  
Τα μέλη αυτά είναι:



- Διαθέσιμα
- Ξέρουν να χειρίζονται δημοσιογράφους
- Γνωρίζουν την τεχνική της επικοινωνίας με το μέσο κοινό
- Αποφεύγουν παρατηρήσεις που μπορεί να επηρεάσουν αρνητικά
- Αποφεύγουν αναφορές σε διαγνώσεις που δημιουργούν ένταση
- Αποφεύγουν έντονα διατυπωμένες προβλέψεις
- Είναι προσηγείς και δεν επηρεάζονται από αντεκλίσεις
- Αποφεύγουν επιστημονικές υποθέσεις που προκαλούν λανθασμένες εντυπώσεις

## Χαρακτηριστικά ατόμων που θα παρέμβουν στη «κρίση»

Τα άτομα που θα παρέμβουν στην κρίση  
πρέπει:

- να ακούνε υπομονετικά
- να διευκολύνουν στην επίλυση  
προβλημάτων παντός είδους





Ένα μείζον καταστροφικό γεγονός (π.χ. σεισμός)  
αποτελεί  
και «μείζον ψυχοτραυματικό συμβάν»

Όχι μόνο για τα  
πρωτεύοντα  
(κυρίως θύματα)



Αλλά και για την «Κοινωνία της Καταστροφικής Ακολουθίας»

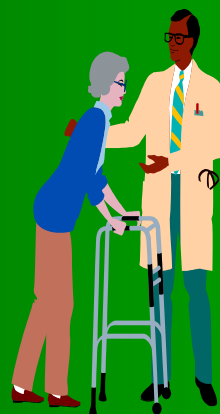
## Ομάδες υψηλού κινδύνου για την ανάπτυξη ψυχοπαθολογίας

Γηραιά άτομα

Νεαρά παιδιά

Θηλάζουσες και εγκυμονούσες

Άρρωστοι και ανήμποροι



## Ιδιαίτερες ομάδες επικίνδυνες για ανάπτυξη μετακαταστροφικής ψυχοπαθολογίας

A) Οι τραυματίες

B) Τα δευτερεύοντα θύματα:

Άμεσοι συγγενείς νεκρών

Άτομα που καταπονήθηκαν σημαντικά

Επαγγελματίες που ασχολήθηκαν με διάσωση



Όχι μόνο τα άτομα που θίγονται άμεσα  
αλλά και άτομα που έρχονται εμμέσως σε επαφή  
με την καταστροφή (οπτικά ή ακουστικά)  
υφίστανται στρες και μπορεί ν' αναπτύξουν ΔΣΜΨΕ  
(Ποσοστό 11.0 – 13.0 %)



Η «Ψυχοπαθολογία» που παρουσιάζεται μετά από μία καταστροφή

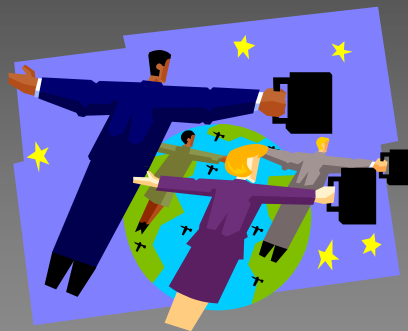


είναι «Αντίδραση στο Στρες»

και βρίσκεται στο ενδιάμεσο  
της «Φυσιολογικής Προσαρμοστικής Απάντησης»  
και  
της «Ψυχοπαθολογικής Διαταραχής»

## ΕΙΔΙΚΕΣ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ ΧΕΙΡΙΣΜΟΥ ΑΤΟΜΙΚΟΥ ΚΑΙ ΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥ ΨΥΧΟΤΡΑΥΜΑΤΙΣΜΟΥ

*Μίνι- Μαραθώνιος*



(Μέθοδος του Debriefing, Flooding,  
Συστημική Απευαισθητοποίηση)

## ΒΑΣΙΚΕΣ ΕΝΝΟΙΕΣ ΜΙΝΙ-ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΥ



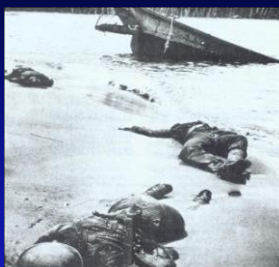
Προσπάθεια άτομα ψυχολογικά  
«μουδιασμένα»  
να εκδηλώσουν τα συναισθήματά τους

Οι κυριότερες Ψυχιατρικές Διαταραχές από μία  
καταστροφή είναι:



- ☞ Η οξεία αντίδραση στο στρες
- ☞ Η αντίδραση μετά από ψυχοτραυματική εμπειρία
- ☞ Η διαταραχή προσαρμογής
- ☞ Η επιμένουσα μεταβολή της προσωπικότητας

## ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΣΤΗΝ ΕΠΙΠΤΩΣΗ ΔΣΜΨΕ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΟ ΤΕΡΑΥΜΑΤΙΚΟ ΓΕΓΟΝΟΣ



Ο πόλεμος έχει ιδιαίτερα  
χαρακτηριστικά στην  
ανάπτυξη ΔΣΜΨΕ

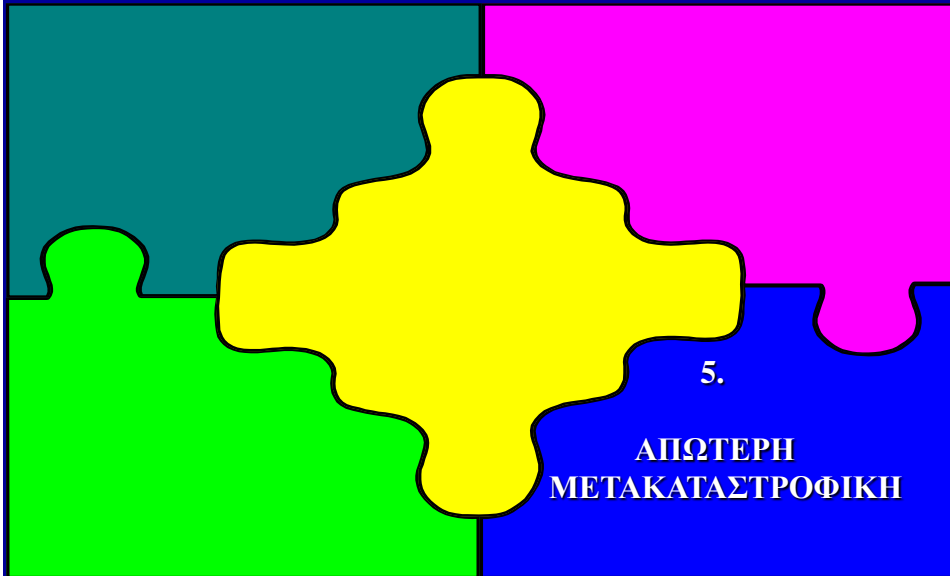
Ο Σεισμός έχει ιδιαιτερότητες  
και αυξάνει το ποσοστό ΔΣΜΨΕ  
στο 7/πλάσιο



Η σημασία προδιαθεσικών παραγόντων  
μειώνεται  
όσο βαρύτερο είναι το τραύμα



## ΠΕΡΙΟΔΟΙ ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΗΣ



## ΕΞΕΛΙΞΗ ΤΩΝ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΩΝ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΑΠΩΤΕΡΗ ΜΕΤΑΚΑΤΑΣΤΡΟΦΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΟ



Επανάληψη ενδείξεων  
για ενεργό πηγή κινδύνου

αυξάνουν το άγχος και τα συμπτώματα  
που μπορεί να ήταν σε υποχώρηση

ΔΙΑΤΗΡΗΣΗ ΤΩΝ ΑΝΤΙΔΡΑΣΕΩΝ

**ΔΙΑΧΕΙΡΗΣΗ ΚΡΙΣΕΩΝ  
ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΩΝ ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΩΝ  
ΣΕ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΚΑΙ ΚΟΙΝΟΤΙΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ**



**ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΨΥΧΟΠΑΘΟΛΟΓΙΑ  
ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΗ**

**Η εκδήλωσή της  
συνδέεται  
με το συμβάν  
αλλά και με τις αλλαγές  
που αυτό επέβαλλε  
στο κοινωνικό  
&  
στο φυσικό περιβάλλον**



**ΑΝΑΜΕΝΟΜΕΝΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΨΥΧΟΠΑΘΟΛΟΓΙΑ  
ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΤΕΛΙΚΗ ΦΑΣΗ ΤΗΣ ΑΜΠ**

**5-6ος μήνας**

**Αύξηση των προβλημάτων στην οικογένεια  
Αύξηση των προβλημάτων που αφορούν στην οικονομική  
κατάσταση  
Αύξηση των προβλημάτων που αφορούν στις σχέσεις και τον  
κοινωνικό περίγυρο  
Εμφάνιση μακροπρόθεσμης ψυχοπαθολογίας  
Αύξηση της κατανάλωσης εθιστικών ουσιών  
Αύξηση αντικοινωνικών ή παραπτωματικών συμπεριφορών  
Αύξηση κατάθλιψης και άγχους κυρίως σε γυναίκες**

**ΑΝΑΜΕΝΟΜΕΝΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΨΥΧΟΠΑΘΟΛΟΓΙΑ  
ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΤΕΛΙΚΗ ΦΑΣΗ ΤΗΣ ΑΜΠ**

**5-6ος μήνας**

*συνέχεια*

- **Μείωση του χιούμορ**
- **Αύξηση της παρανοειδούς δυσπιστίας στις προσπάθειες που καταβάλλονται**
- **Αύξηση των επισκέψεων σε γενικούς και ειδικούς γιατρούς**
- **Αντίληψη σημαντικής υποβάθμισης της ζωής**



**ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΠΡΟΠΑΡΑΣΚΕΥΗ  
& ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ  
ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ  
ΤΩΝ ΕΠΙΠΤΩΣΕΩΝ ΜΙΑΣ ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΗΣ**



**ΠΑΡΟΧΗ ΤΗΣ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΒΟΗΘΕΙΑΣ**

Η ψυχοκοινωνική βοήθεια  
δίδεται συγχρόνως  
σε διάφορα επίπεδα αναγκών

Ατομικό



Κοινωνικό

Ομαδικό

Η αποτυχία της προσπάθειας  
για αποτροπή των επιπτώσεων από ένα κίνδυνο  
ή καταστροφή εκφράζεται στην συμπεριφορά  
με την:

Ανάπτυξη



- ➔ Καχυποψίας
- ➔ Παρανοϊκότητας
- ➔ Θυμού εναντίον μελών της κοινωνίας

Πριν από κάθε μετακαταστροφική παρέμβαση  
επαγγελματίες και εθελοντές

Πρέπει να έχουν εκπαιδευτεί  
και να έχουν εξασκηθεί

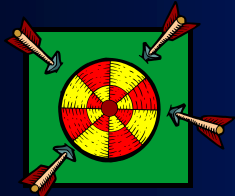
στις βασικές αρχές της  
Ψυχοτραυματολογίας !!!



## ΕΙΔΙΚΕΣ ΓΝΩΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΕΠΕΜΒΑΣΗΣ



- ✓ Στοιχεία διασυνδεδετικής ψυχιατρικής
- ✓ Στοιχεία Ψυχιατρικής Τραυματολογίας
- ✓ Στοιχεία Γενικής Ψυχοθεραπευτικής
- ✓ Στοιχεία ειδικών ψυχοθεραπευτικών παρεμβάσεων
- ✓ Πρώτες ιατρικές βοήθειες
- ✓ Στοιχεία οργάνωσης καταυλισμού και ομάδων
- ✓ Στοιχεία συντονισμού παρέμβασης
- ✓ Βασικά στοιχεία μεθόδου επικοινωνίας με τα ΜΜΕ
- ✓ Μέθοδος για κατάλληλη τηλεοπτική επικοινωνία με το κοινό



## ΣΤΟΧΟΣ ΤΗΣ ΕΓΚΑΙΡΗΣ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗΣ

Παρεμπόδιση της ανάπτυξης :

Ψυχολογικών  
Ψυχοσωματικών  
Ψυχοκοινωνικών

Συμπτωμάτων  
Αντιδράσεων  
η/και  
Διαταραχών



που ακολουθούν μία μείζονα καταστροφή

## ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΤΗΣ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ



Η οργάνωση σηματοδοτεί και καθορίζει τον βαθμό της διάσπασης των διαπροσωπικών και κοινωνικών συνδέσμων

**Η ΟΡΓΑΝΩΣΗ**  
πρέπει να είναι:



- ✓ Εμφανής
- ✓ Επιδείξιμη
- ✓ Ευρέως γνωστή