

INTERVENÇÃO EM CRISE

Guia do Voluntário



Contacto de Emergência.



Apenas se deverá apresentar para uma missão real ou exercício quem tiver sido previamente contactado para o efeito por um responsável do grupo de intervenção em crise (ex. Samuel Gouveia ou Sónia Costa) ou coordenação da CVP Madeira.



O que fazer de imediato



- Informar familiares mais chegados e chefia (trabalho)
- Contatar uma pessoa conhecida de referência
- Cancelar compromissos
- Não esquecer identificação CVP, medicamentos (se for o caso)
- Não esquecer muda de roupa, telemóvel, carregador, bloco de notas, endereços e contatos de familiares e amigos, artigos de higiene (caso tenha de ficar mais tempo no terreno)
- Leitura para distração, cartas, jogos...

Qual é o meu papel



- Represento a CVP Madeira e tento estabilizar emocionalmente as reações ao stress;
- Procuo estabelecer uma relação de empatia;
- Atuo com os primeiros socorros psicológicos;
- Procuo reconhecer quando é necessário ajuda especializada;
- Recuso-me a discutir rumores ou boatos;
- Não atribuo culpas nem aceito especular sobre a emergência;
- Só afirmo aquilo que sei.

As minhas tarefas



- Reporto e colaboro sempre com os responsáveis do grupo de intervenção em crise, Samuel Gouveia e Sónia Costa
- Acompanho as vítimas e os seus familiares à tenda de campanha, aos hospitais, serviços públicos, etc
- Ajudo no contato com as autoridades (SRPC/EMIR/Assistente social)
- Não sou responsável pelos primeiros socorros físicos nem devo anunciar mortes

INTERVENÇÃO EM CRISE

Guia do Voluntário



Contacto de Emergência.



Apenas se deverá apresentar para uma missão real ou exercício quem tiver sido previamente contactado para o efeito por um responsável do grupo de intervenção em crise (ex. Samuel Gouveia ou Sónia Costa) ou coordenação da CVP Madeira.



O que fazer de imediato



- Informar familiares mais chegados e chefia (trabalho)
- Contatar uma pessoa conhecida de referência
- Cancelar compromissos
- Não esquecer identificação CVP, medicamentos (se for o caso)
- Não esquecer muda de roupa, telemóvel, carregador, bloco de notas, endereços e contatos de familiares e amigos, artigos de higiene (caso tenha de ficar mais tempo no terreno)
- Leitura para distração, cartas, jogos...

Qual é o meu papel



- Represento a CVP Madeira e tento estabilizar emocionalmente as reações ao stress;
- Procuo estabelecer uma relação de empatia;
- Atuo com os primeiros socorros psicológicos;
- Procuo reconhecer quando é necessário ajuda especializada;
- Recuso-me a discutir rumores ou boatos;
- Não atribuo culpas nem aceito especular sobre a emergência;
- Só afirmo aquilo que sei.

As minhas tarefas



- Reporto e colaboro sempre com os responsáveis do grupo de intervenção em crise, Samuel Gouveia e Sónia Costa
- Acompanho as vítimas e os seus familiares à tenda de campanha, aos hospitais, serviços públicos, etc
- Ajudo no contato com as autoridades (SRPC/EMIR/Assistente social)
- Não sou responsável pelos primeiros socorros físicos nem devo anunciar mortes



Os meus comportamentos

- Ser aberto às reações físicas e emocionais
- Ser compreensivo e cordial
- Encorajar a pessoa a falar e desabafar, se possível
- Ter em atenção que é necessário algum tempo para que os efeitos do choque diminuam
- Procurar reduzir as preocupações ao máximo
- Encorajar a participação em atividades de lazer e relaxantes
- Ajudar a pessoa a “vir” à realidade
- Não faço terapia nem diagnósticos
- Eventualmente aconselho para a procura de um especialista



Ter sempre presente que :

- As fases de comportamento da vítima após um acidente crítico são:
- Incredulidade e Negação (logo após o acontecimento)
- Fúria e Raiva / Ansiedade e Depressão (do 2º dia ao 2º/3º mês)
- Integração e Recuperação (a partir do 2º/3º mês)
- Nota: o tempo de permanência em cada fase varia, contudo, de pessoa para pessoa



Como actuar na Prática

- Tento identificar quem precisa de apoio ou quem me for encaminhado pelos socorristas/enfermeiros após triagem
- Apresento-me como membro do grupo de intervenção em crise que irá prestar primeiros socorros psicológicos
- Crio um ambiente permissivo e sossegado
- Sou paciente e ouço atenta e empaticamente
- Coloco questões simples e não reajo a provocações
- Devolvo as convicções da vítima, não as minhas
- Não vou discutir experiências análogas
- Vou anotar discretamente todas as informações
- Devo resumir as ações já executadas e combinar follow up com consentimento das vítimas

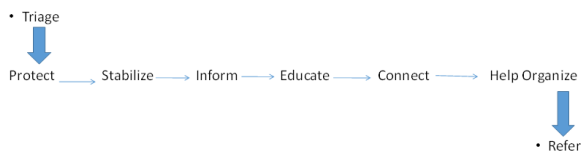


Contatos (não devem ser divulgados sem autorização prévia)

- Chefes de equipa psicossocial de intervenção em crise
- Samuel Gouveia 968054312
- Sónia Costa 965367437
- Outros:
- Susana Gouveia (sede CVP) 910054124
- TC Rui Nunes 966175185
- SRPC 291700112
- CVP (geral) 291741115
- Maria José (logística) 966342417/913039030
- Cecília (secretaria) 965352271



T - PSIECHO - R



Os meus comportamentos

- Ser aberto às reações físicas e emocionais
- Ser compreensivo e cordial
- Encorajar a pessoa a falar e desabafar, se possível
- Ter em atenção que é necessário algum tempo para que os efeitos do choque diminuam
- Procurar reduzir as preocupações ao máximo
- Encorajar a participação em atividades de lazer e relaxantes
- Ajudar a pessoa a “vir” à realidade
- Não faço terapia nem diagnósticos
- Eventualmente aconselho para a procura de um especialista



Ter sempre presente que :

- As fases de comportamento da vítima após um acidente crítico são:
- Incredulidade e Negação (logo após o acontecimento)
- Fúria e Raiva / Ansiedade e Depressão (do 2º dia ao 2º/3º mês)
- Integração e Recuperação (a partir do 2º/3º mês)
- Nota: o tempo de permanência em cada fase varia, contudo, de pessoa para pessoa



Como actuar na Prática

- Tento identificar quem precisa de apoio ou quem me for encaminhado pelos socorristas/enfermeiros após triagem
- Apresento-me como membro do grupo de intervenção em crise que irá prestar primeiros socorros psicológicos
- Crio um ambiente permissivo e sossegado
- Sou paciente e ouço atenta e empaticamente
- Coloco questões simples e não reajo a provocações
- Devolvo as convicções da vítima, não as minhas
- Não vou discutir experiências análogas
- Vou anotar discretamente todas as informações
- Devo resumir as ações já executadas e combinar follow up com consentimento das vítimas



Contatos (não devem ser divulgados sem autorização prévia)

- Chefes de equipa psicossocial de intervenção em crise
- Samuel Gouveia 968054312
- Sónia Costa 965367437
- Outros:
- Susana Gouveia (sede CVP) 910054124
- TC Rui Nunes 966175185
- SRPC 291700112
- CVP (geral) 291741115
- Maria José (logística) 966342417/913039030
- Cecília (secretaria) 965352271



T - PSIECHO - R

