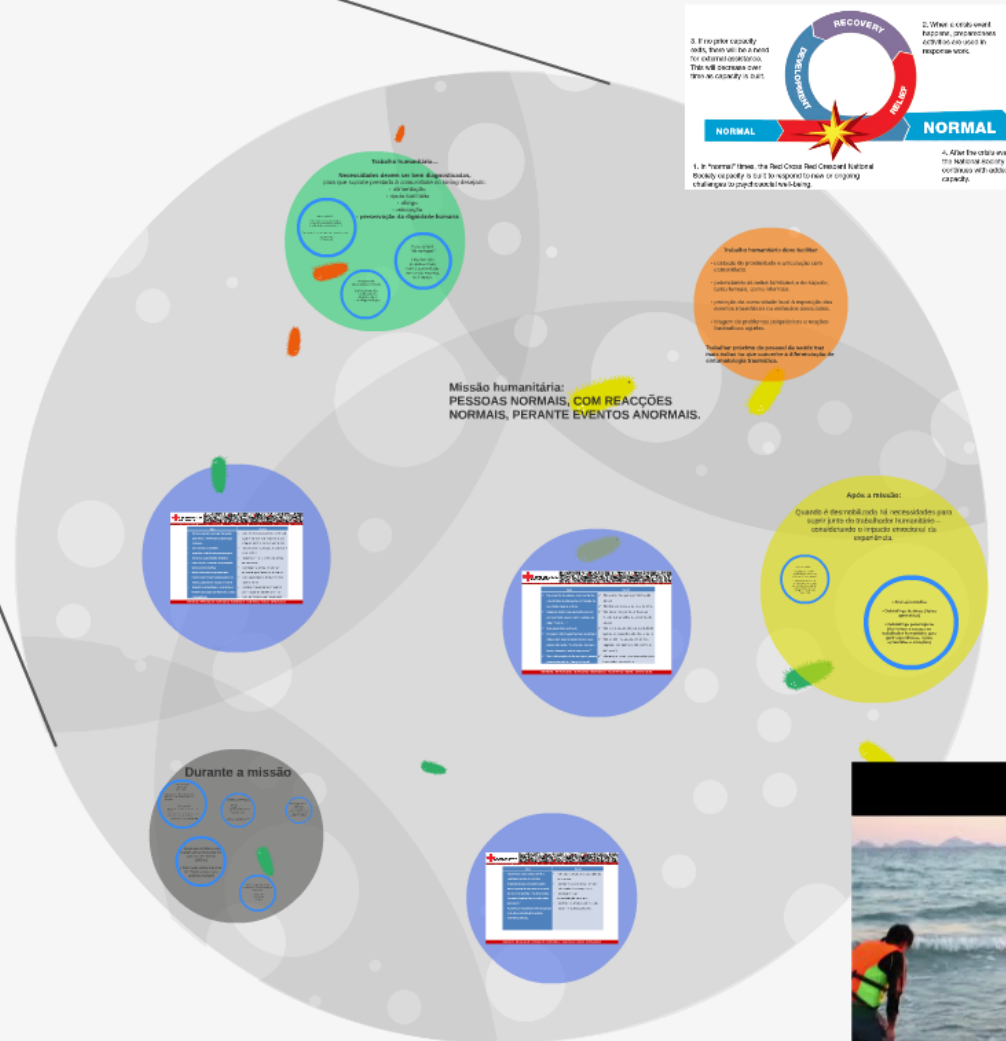




Avaliação Psicológica

susana gouveia



3. If no prior capacity exists, there will be a need for external assistance. This will decrease over time as capacity is built.



2. When a crisis event happens, preparedness activities are used in response work.

1. In “normal” times, the Red Cross Red Crescent National Society capacity is built to respond to new or ongoing challenges to psychosocial well-being.

4. After the crisis event the National Society continues with added capacity.

Trabalho humanitário...

Necessidades devem ser bem diagnosticadas,
para que suporte prestado à comunidade no *timing* desejado:

- alimentação
- apoio sanitário
 - abrigo
 - educação
- **preservação da dignidade humana**

Antes da missão:

- preparação técnica para a tarefa
- preparação pessoal para a missão (experiência pessoal; resiliência; ...)

Conhecimento de que, quem vai e quem fica, tem:

- Apoio familiar
- Suporte social

Para cumprir
"do no harm"

Objetivo: não
prejudicar mais,
nem a comunidade,
nem a nós mesmos,
ou à equipa.

Processo de aproximação à missão

briefing da missão:

- briefing técnico
- briefing cultural
- briefing psicológico



Antes da missão:

- preparação técnica para a tarefa
- preparação pessoal para a missão (experiência pessoal; resiliência; ...)

Conhecimento de que, quem vai e quem fica, tem:

- Apoio familiar
- Suporte social

• **pre**

Para cumprir
“do no harm”

Objetivo: não
prejudicar mais,
nem a comunidade,
nem a nós mesmos,
ou à equipa.

Processo de aproximação à missão

briefing da missão:

- briefing técnico
- briefing cultural
- briefing psicológico

Durante a missão

Aborrecimento
Ansiedade
Frustração...

das pessoas afectadas e pode
dificultar comunicação eficaz e
eficiente.

Muito importante!!!

Não pressionar ninguém para falar sobre o que se
passou.

É mais significativa a ajuda prática que pode ser
prestada (agasalhos, água, refeições).

Ser genuíno e sincero na oferta de ajuda!

Trabalhador humanitário em
missão tem de ter em atenção:

- vestuário
- linguagem
- toques e comportamentos
- crenças e religiões
- género, idade e poder

Cada crise é única: adaptações normas
culturais e questões sociais locais.

Trabalhador humanitário deve fazer:

- Manter nálios
- Boa higiene de sono
- Alimentação saudável
- Momentos para pausas (gestão de
emoções a sério)
- Momentos em grupo de pares (catalisador
do que está a ser vivido)
- Bom conhecimento sobre sermologia
indiscriminada com perturbação de
ajustamento ou stress pós-traumático

- Apoio aos familiares dos
trabalhadores humanitários
que vão em missão
(24/24h)

(informação sobre natureza
da missão e apoio que
poderão receber)



Princípios que têm de ser
aplicados em qualquer resposta
humanitária:

- Segurança
- Dignidade
- Direitos



Princípios que têm de ser aplicados em qualquer resposta humanitária:

- Segurança
- Dignidade
- Direitos

- Apoio aos familiares dos
trabalhadores humanitários
que vão em missão
(24/24h)

(informação sobre natureza
da missão e apoio que
poderão receber)

Trabalhador humanitário deve fazer:

- Manter rotinas
 - Boa higiene de sono
 - Alimentação saudável
- Momentos para pausas (gestão de emoções a sós)
- Momentos em grupos de pares (catalisador do que está a ser vivido)
- Bom conhecimento sobre sintomatologia relacionada com perturbação de ajustamento ou stress pós traumático

Trabalhador humanitário em missão tem de ter em atenção:

- vestuário
- linguagem
- toques e comportamentos
- crenças e religiões
- género, idade e poder

Cada crise é única: adaptações normas culturais e questões sociais locais.

Aborrecimento
Ansiedade
Frustração...

das pessoas afectadas e pode
dificultar comunicação eficaz e
eficiente.

Muito importante!!!

Não pressionar ninguém para falar sobre o que se
passou.

É mais significativa a ajuda prática que pode ser
prestada (agasalhos, água, refeições).

Ser genuíno e sincero na oferta de ajuda!

Trabalho humanitário deve facilitar:

- contacto de proximidade e articulação com comunidade.
- potenciando as redes familiares e de suporte, tanto formais, como informais.
- proteção da comunidade local à exposição dos eventos traumáticos ou estímulos associados.
- triagem de problemas psiquiátricos e reações traumáticas agudas.

Trabalhar próximo do pessoal da saúde traz mais valias no que concerne à diferenciação de sintomatologia traumática.

Missão humanitária:
PESSOAS NORMAIS, COM REACÇÕES
NORMAIS, PERANTE EVENTOS ANORMAIS.

- potenciando as
tanto formais, o
- proteção da co
eventos traum
- triagem de pro
traumáticas ag

Trabalhar próximo
mais valias no qu
sintomatologia tr

Após a missão:

Quando é desmobilizada há necessidades para suprir junto do trabalhador humanitário – considerando o impacto emocional da experiência.

Objetivo central:

- reintegração na vida quotidiana, ponto de vista profissional, como pessoa;
- gestão do plano de vida considerando essas duas perspetivas de abordagem deverão passar a ser o enfoque do trabalhador humanitário

» Avaliação médica

» Debriefings técnicos (lições aprendidas)

» Debriefings psicológicos (dar tempo e espaço ao trabalhador humanitário para gerir experiências, lições aprendidas e emoções)



- » **Avaliação médica**
- » **Debriefings técnicos (lições aprendidas)**
- » **Debriefings psicológicos
(dar tempo e espaço ao
trabalhador humanitário para
gerir experiências, lições
aprendidas e emoções)**

Objetivo central:

- reintegração na vida cotidiana, ponto de vista profissional, como pessoal;
- gestão do plano de vida considerando essas duas perspectivas de abordagem deverão passar a ser o enfoque do trabalhador humanitário



Do's	Dont's
✓ Tente encontrar um lugar tranquilo para falar, e minimizar as distrações externas. ✓ ser honesto e confiável ✓ respeitar o direito das pessoas para tomar as suas próprias decisões ✓ estar ciente e reservar seus próprios vieses e preconceitos ✓ deixar claro para as pessoas que, mesmo que recusem ajuda agora, no futuro, poderão ter acesso à mesma ✓ Respeite a privacidade e mantenha a história da pessoa confidencial, se isso é apropriado.	✓ Não interrompa ou apresse a história de alguém (por exemplo, não olhe para o relógio e não fale muito rapidamente). ✓ não pressionar as pessoas para contarem a sua história. ✓ não compartilhar a história da pessoa com os outros. ✓ Não toque na pessoa, se não tiver certeza de que é conveniente fazê-lo. ✓ Não julgue o que as pessoas têm (ou não) têm feito. ✓ Não diga à pessoa como tem que se sentir, ou como não deve sentir-se. ✓ Não invente coisas que não conhece.



Do's	Dont's
✓ Fique perto da pessoa, mas mantenha uma distância adequada em função da sua idade, sexo e cultura. ✓ Deixe-os saber que você está a ouvir; por exemplo, acenar com a cabeça ou dizer "hummm ...". ✓ Seja paciente e calma/o. ✓ Fornecer informação factual, se estiver disponível. Seja honesto sobre o que sabe e não sabe. "Eu não sei, mas vou tentar descobrir sobre isso para si." ✓ Dê a informação da forma que a pessoa possa entendê-la – keep it simple!	✓ Não use termos que sejam demasiado técnico. ✓ Não fale sobre seus próprios problemas. ✓ Não pensar e aja como se fosse sua missão resolver todos os problemas da pessoa. ✓ Não tirar à pessoa a força e o sentido de que vai ser capaz de cuidar de si própria. ✓ Não se referir às pessoas em termos negativos (por exemplo, não chamá-los de "louco"). ✓ não explorar o seu relacionamento como trabalhador humanitário.



Do's	Dont's
✓ Reconheça o que estão a sentir e quaisquer perdas ou eventos importantes que eles dizem sobre, como a perda de sua casa ou a morte de um ente querido. "Eu sinto muito. Eu posso imaginar isso é muito triste para você." ✓ Reconhecer os pontos fortes da pessoa e de como eles ajudar a pessoa. ✓ Permitir o silêncio.	✓ Não julgar a pessoa pelas suas ações ou sentimentos. ✓ não fazer falsas promessas, nem dar informações falsas ou garantias. ✓ não exagerar suas capacidades/competências. ✓ não forçar as pessoas a aceitar ajuda, não ser intrusivo ou agressivo.



vevo

"Savior on Wings"

You Tube



Avaliação Psicológica

susana gouveia

