

INDICE

Prefazione	9
Introduzione	13
Prepararsi al Primo Soccorso Psicologico	19
Azioni chiave del Primo Soccorso Psicologico	23
1. Primo contatto e aggancio	25
2. Sicurezza e conforto	29
3. Stabilizzazione	49
4. Raccolta di informazioni	55
5. Assistenza pratica	63
6. Collegamento alla rete di supporto sociale	69
7. Informazioni sulle strategie per far fronte alla situazione (coping)	77
8. Collaborazione con altri servizi	91
Appendici	
Appendice A: Panoramica sul Primo Soccorso Psicologico	99
Appendice B: Luoghi e modalità di erogazione del servizio (nella realtà americana)	101
Appendice C: La cura degli operatori del Primo Soccorso Psicologico	105
Appendice D: Strumenti per l'operatore	111
Appendice E: Opuscoli informativi per i superstiti	115

AZIONI CHIAVE DEL PRIMO SOCCORSO PSICOLOGICO

1. Primo contatto e aggancio

Obiettivo: rispondere alle richieste di contatto da parte dei superstiti, o avvicinarsi in modo non intrusivo, empatico e tale da essere d'aiuto.

2. Sicurezza e conforto

Obiettivo: promuovere uno stato di sicurezza immediato e a lungo termine. Offrire conforto fisico ed emotivo.

3. Stabilizzazione

Obiettivo: calmare e orientare i superstiti sopraffatti dalle emozioni e disorientati.

4. Raccolta di informazioni

Obiettivo: identificare bisogni e preoccupazioni immediate, raccogliere informazioni aggiuntive e pianificare il Primo Soccorso Psicologico più adeguato.

5. Assistenza pratica

Obiettivo: offrire aiuto pratico ai superstiti nella gestione dei bisogni e delle preoccupazioni immediate.

6. Collegamento alla rete di supporto sociale

Obiettivo: aiutare a instaurare contatti brevi o più a lungo termine con le persone che offrono il supporto primario e con altre fonti di supporto, inclusi i familiari e altre figure della comunità.

7. Informazione sulle strategie per far fronte alla situazione (coping)

Obiettivo: offrire informazioni sulle possibili reazioni a eventi stressanti, nonché sulle strategie più utili a ridurre lo stress e a promuovere un buon adattamento.

8. Collaborazione con altri servizi

Obiettivo: collegare i superstiti con i servizi disponibili sul territorio in emergenza e a lungo termine.

Queste azioni chiave del primo soccorso psicologico costituiscono gli obiettivi di base dell'aiuto offerto nei primi giorni/nelle prime settimane dopo il disastro. Gli operatori devono essere flessibili e dosare la quantità di tempo da spendere in ciascuna di queste azioni in base agli specifici bisogni e alle preoccupazioni del superstito.