

6. Бондаренко Т. М., «Психологічна реабілітація в умовах кризи». Практичний посібник. 2019. С. 12-27.
7. Гончаренко Л. В., «Забезпечення доступу до послуг для вразливих груп населення». Практичний посібник. 2020. С. 78-93.
8. Дяченко Р. С., «Роль волонтерів у наданні психосоціальної підтримки». Дослідження. 2020. № 4. С. 56-69.
9. Закон України «Про місцеве самоврядування в Україні».
10. Коваль І. О., «Координація дій у кризових ситуаціях: ролі та завдання місцевого самоврядування". Науковий вісник. 2021. № 12. С. 34-47.
11. Левченко І. П., «Впровадження сучасних технологій у сфері психосоціальної підтримки». Дослідження. 2020. № 11. С. 85-98.
12. Марчук П. Л., «Розвиток співпраці між організаціями у кризових умовах». Аналітичний звіт. 2020. С. 61-74.
13. Нечипоренко О. В., «Мобілізація ресурсів у кризових ситуаціях». Дослідження. 2021. № 8. С. 102-115.
14. Палій О. Г., «Ефективність місцевого самоврядування у забезпеченні психосоціальної підтримки». Журнал управління. 2022. № 9. С. 144-159.
15. Петров С. А., «Підготовка кадрів для надання психосоціальної підтримки». Методичні рекомендації. Міністерство освіти і науки України. 2022. С. 89-103.
16. Сидоренко В. М., «Інформаційна підтримка в кризових ситуаціях». Практичний посібник. 2019. № 5. С. 110-123.

Elżbieta Żywucka – Kozłowska

dr hab., Wyższa Szkoła Kształcenia Zawodowego we Wrocławiu, Polska

WSPARCIE PSYCHOLOGICZNE W SYTUACJI KRYZYSOWEJ

ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА В КРИЗОВІЙ СИТУАЦІЇ

Wsparcie i pomocniczość (subsidiarność) są niezmiennie wpisane w życie na każdym jego etapie. Oczywiście jest, że każda jednostka ludzka jest inna. Jednym ta pomoc i wsparcie bardziej jest potrzebna, innym mniej, bądź wcale. Nie ma jednak

ludzi, którzy nie doświadczyliby bólu natury psychicznej. Najczęściej powoduje to śmierć bliskich, nieuleczalna choroba czy kalectwo. Powodów można byłoby wymieniać wiele, wszak każdy człowiek inaczej przeżywa takie sytuacje [1].

Życie człowieka nie jest wolne od kryzysów, chorób i nieszczęść. Sytuacja kryzysowa to termin często używany nie tylko na gruncie nauk o bezpieczeństwie, ale też w psychologii. Termin kryzys pochodzi z języka greckiego; czasownik *krinein* oznacza „odsiewać”, „rozdzielać”, „wybierać”, „decydować”, „sądzić”, zaś pochodzący od niego rzeczownik *krisis* to „wybór”, „rozstrzygnięcie”[2].

W literaturze odnaleźć można początki nowej (na tamte czasy) dziedziny nauki- psychologii żałoby [3]. Kryzys (sytuacja kryzysowa) w świetle polskiego prawa to „sytuacja wpływająca negatywnie na poziom bezpieczeństwa ludzi, mienia w znacznych rozmiarach lub środowiska, wywołującą znaczne ograniczenia w działaniu właściwych organów administracji publicznej ze względu na nieadekwatność posiadanych sił i środków”[4]. To samo można odnieść do jednostki doświadczającej negatywnych zdarzeń. Odporność psychiczna (siła) człowieka jest albo znaczna, albo słaba, jak często opisuje się to w różnych interdyscyplinarnych doniesieniach.

Oczywiście jest to ważne spostrzeżenie, ale w kontekście przedmiotowego doniesienia, znacznie bardziej istotne jest co innego, a mianowicie podatność na sytuację kryzysu. Najczęściej definiując podatność wskazuje się, że są „cechy osoby lub grupy oraz ich sytuacji, które wpływają na ich zdolności przewidywania, zapobiegania, radzenia [w sytuacji zagrożenia] i odradzania się po skutkach wystąpienia naturalnego ryzyka”[5].

Można zapobiec wielu niekorzystnym zdarzeniom, jakie stanowią zagrożenie dla życia i zdrowia człowieka, ale niestety nie wszystkim. Współczesny człowiek nie potrafi zapobiec trzęsieniu ziemi, powodzi czy tsunami; nie umie, nie potrafi, a może nie chce zapobiec wojnie, niszczącej wszystko, co ludzkość osiągnęła do tej pory. Skutkiem takich zdarzeń są zmiany w zachowaniu, nierzadko prowadzące do zespołu stresu pourazowego. Symptomatologia zespołu obejmuje „nawracanie polegające na utrzymującym się odtwarzaniu traumatycznych zdarzeń na różne sposoby,

odnawianiu ich w świadomości w postaci: natrętnych obrazów myśli i snów, halucynacji, silnej fizjologicznej reaktywności na bodźce przypominające różne aspekty zdarzenia; unikanie sprowadzające się do utrzymującej się tendencji niedoświadczania wszelkich bodźców kojarzących się z traumą i odrętwienia emocjonalnego ujawniającego się w odcinaniu się od myśli, uczuć i czynności przypominających zdarzenie; p rzejawem tego symptomu jest także niemożność przypomnienia sobie faktów, spadek chęci do działania, ograniczenie zainteresowań, poczucie obcości, obojętności wobec innych; pobudzenie przejawiające się w zachowaniach, takich jak: trudności w zasypianiu, przerywany sen, irytacja, wybuchy gniewu, trudności w koncentracji, nadmierna czujność, wzmożona ogólna reaktywność niewystępująca przed traumą”[6]. Wsparcie psychologiczne jest koniecznością , obowiązkiem człowieka wobec człowieka (czasami rodzą się wątpliwości czy jest to wsparcie psychologiczne czy psychiczne, a może emocjonalne). Jakkolwiek nie rozważając na rzeczonym, pomoc i wsparcie są niezbędne . Powinny być udzielone jak najszybciej.

Z punktu widzenia współczesnych rozwiązań prawnych, wsparcie psychologiczne dostępne jest w centrach pomocy społecznej. W 2005 roku w Polsce weszła w życie ustawa o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie. [7]. Przepis art. 2 par. 2 ustawy stanowi, że przemocą w rodzinie jest jednorazowe albo powtarzające się umyślnie działanie lub zaniechanie naruszające prawa lub dobra osobiste członków rodziny, w szczególności narażające te osoby na niebezpieczeństwo utraty życia, zdrowia, naruszające ich godność, nietykalność cielesną, wolność, w tym seksualną, powodujące szkody na ich zdrowiu fizycznym lub psychicznym, a także wywołujące cierpienia i krzywdy moralne u osób dotkniętych przemocą. [7].

Magdalena Dubińska i Bożena Majerek wskazują, że „obecna ustawa (z 2023 roku) utrzymała definicje przemocy. Jest to jeden z rodzajów patologii społecznej, który zarazem może być przestępstwem, z czego często nie zdają sobie sprawy osoby krzywdzone. Przemoc dotyka zwykle oso by najsłabsze, tj. dzieci, kobiety, a także osoby starsze i niepełnosprawne. Przemoc może przyjmować różne formy, np.: fizyczną, psychiczną, seksualną, ekonomiczną czy zaniedbanie”[8].

Ofiarom przemocy dedykowane jest wsparcie psychologiczne, niezależnie od jej skutków. Słusznie podkreśla się, że zadaniem każdego jest pomoc drugiemu człowiekowi [9]. W Polsce pomoc instytucjonalna jest ukierunkowana na niesienie pomocy w sytuacji kryzysowej skierowanej zarówno dla jednostek, jak i grup społecznych (pomoc instytucjonalna). Szczególne miejsce w kontekście tych rozważań zajmują nie tylko organy ścigania, ale też pomoc społeczna, służba zdrowia, ośrodki interwencji kryzysowej. Każda z tych służb dysponuje profesjonalnym wsparciem , w tym psychologicznym , dedykowanym osobom , które doświadczyły sytuacji kryzysowej, niezależnie od jej przyczyn i skutków.

Bibliografia:

1. Szczukiewicz, P. (2003). „Pomoc psychologiczna czy psychoterapia”. *Remedium*, 1, 14-15.
2. Kopaliński W., Słownik wyrazów obcych i zwrotów obcojęzycznych z almanachem, Warszawa 2000, s. 282.
3. Włodarczyk, E. (2011). Zdarzenie losowe i sytuacja kryzysowa. Czyli o tym, że niekiedy sam czas to za mało, by uleczyć rany, 311-330.
4. Ustawa z dnia 26 kwietnia 2007 r. o zarządzaniu kryzysowym, Dz. U. nr 89, poz. 590, z późn. zm.
5. P. Blaikie, T. Cannon, I. Davis, B. Wisner, *At Risk: Natural Hazards, People's Vulnerability and Disasters*, Routledge, Londyn 2004, s. 11.
6. Czerkawska M., Człowiek w sytuacji kryzysowej (na przykładzie klęski powodzi), „Praca Socjalna”, nr 2/2002.
7. Ustawa z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu przemocy domowej (Dz.U. z 2021 r. poz. 1249 z późn. zm. oraz z 2023 r. poz. 289 i 535)
8. Majerek, B., Lubińska-Bogacka, M. (2023). Instytucjonalna pomoc i wsparcie interwencyjne osobom w kryzysie ze szczególnym uwzględnieniem ofiar przemocy. Uniwersytet Papieski Jana Pawła II w Krakowie.
9. Młyński, J. (2012). Przemoc w rodzinie–skala zjawiska, ofiary przemocy i formy pomocy pracowników socjalnych. *Studia Socialia Cracoviensia*, 4(2 (7)), 141-156.