

**წითელი ჯვრისა და წითელი
ნახევარმთვარის საერთაშორისო მოძრაობის
ფუძემდებლური პრინციპები**

ჰუმანურობა

წითელი ჯვრისა და წითელი ნახევარმთვარის საერთაშორისო მოძრაობა, რომელიც თავდაპირველად ბრძოლის ველზე დაჭრილთათვის დახმარების აღმოჩენის მიზნით შეიქმნა, ყოველგვარი დისკრიმინაციის გარეშე ცდილობს ნებისმიერ გარემოებაში, როგორც საერთაშორისო, ისე ეროვნულ დონეზე, თავიდან ააცილოს ან შეამსუბუქოს ადამიანებს გაჭირვება. მოძრაობის მიზანია დაიცვას ადამიანთა სიცოცხლე და ჯანმრთელობა, უზრუნველყოს მათი პიროვნული ღირსების პატივისცემა. იგი ხელს უწყობს ხალხთა შორის მეგობრობის, ურთიერთგაგების, თანამშრომლობისა და მშვიდობის განმტკიცებას.

მისიუარობა

მოძრაობა არ ასხვავებს ადამიანებს ეროვნების, რასის, რელიგიური მრწამსის, კლასობრივი თუ პოლიტიკური შეხედულებების მიხედვით. მისი მიზანია შეუმსუბუქოს ადამიანებს განსაცდელი. პირველ რიგში მათ, ვინც ყველაზე მეტად საჭიროებს დახმარებას.

წინააღმდეგობა

საყოველთაო ნდობის შენარჩუნების მიზნით, მოძრაობას არ შეუძლია მიემხროს რომელიმე დაპირისპირებულ მხარეს შეიარაღებული კონფლიქტის დროს და ჩაერთოს პოლიტიკური, რასობრივი, რელიგიური, ან იდეოლოგიური ხასიათის დავაში.

დამოუკიდებლობა

მოძრაობა დამოუკიდებელია. ეროვნული საზოგადოებები, როგორც თავიანთი მთავრობების და მხმარენი ჰუმანიტარულ საქმიანობაში, ექვემდებარებიან საკუთარი ქვეყნების კანონებს, ამავე დროს ყოველთვის უნდა შეინარჩუნონ ავტონომია, რათა იმოქმედონ მოძრაობის პრინციპების შესაბამისად.

წინააღმდეგობა

ეს არის ნებაყოფლობითი ჰუმანიტარული მოძრაობა, რომელიც მიზნად არ ისახავს მოგებას.

ერთადერთობა

ქვეყანაში შეიძლება არსებობდეს მხოლოდ ერთი წითელი ჯვრისა თუ წითელი ნახევარმთვარის ეროვნული საზოგადოება. ის ღია უნდა იყოს ყველასათვის და ახორციელებდეს ჰუმანიტარულ საქმიანობას ქვეყნის მთელ ტერიტორიაზე.

უნივერსალურობა

წითელი ჯვრისა და წითელი ნახევარმთვარის მოძრაობა საყოველთაოა. ეროვნული საზოგადოებები სარგებლობენ თანაბარი უფლებებით და მოვალენი არიან დაეხმარონ ერთმანეთს.

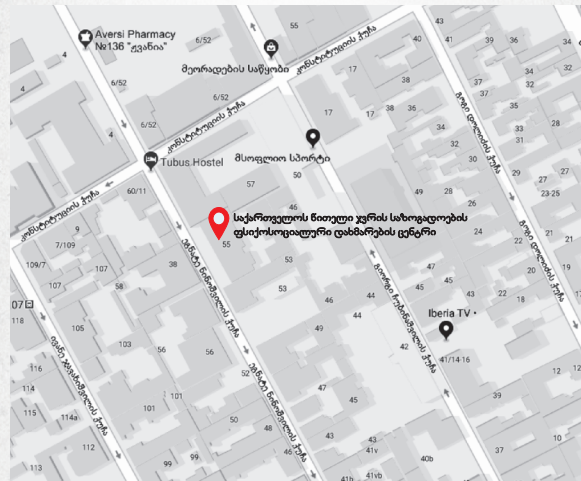
www.redcross.ge

დამატებითი ინფორმაციის მისაღებად, დაგვიკავშირდით შემდეგ ნომერზე:

+995 322 96 10 92

საქართველოს წითელი ჯვრის საზოგადოების
ფსიქოსოციალური დახმარების ცენტრის მისამართია:

თბილისი, ე. ნინოშვილის ქუჩა №55



ეს არის საინფორმაციო მისაღებად და პროფესიონალურ დახმარებას ვერ ჩაანაცვლებს.



Humanitarian Aid
and Civil Protection

ფსიქოსოციალური პირველი დახმარება



ფსიქოლოგიური პირველი დახმარება არის საჭირო და გამოსადეგი საშუალება ჰუმანტარულ ორგანიზაციებში მომუშავე პერსონალისა და მოხალისეებისთვის, რომ დაეხმარონ ადამიანებს, ვინც შოკურ და კრიზისულ მდგომარეობაში იმყოფებიან. ასეთ დროს ადამიანებს ერთი შეხედვითაც ეტყობათ, რომ იმყოფებიან სტრესულ მდგომარეობაში, განიცდიან მძიმე ემოციებს, არიან აპათიურები და დაკარგული აქვთ იმედი. ამ ბროშურაში გადმოცემულია ფსიქოლოგიური პირველი დახმარების ძირითადი პრინციპები და დახმარების გაწვევისას გასათვალისწინებელი ეტაპები.

ფსიქოლოგიური პირველი დახმარება გულისხმობს ბაზისური ადამიანური მხარდაჭერის გამოვლენას, საჭირო ინფორმაციის მიწოდებას, ემპათიის გამოხატვას, ზრუნვას, პატივისცემასა და ნდობას. დაზარალებულ ადამიანს უნდა თანაგუგრძნოთ, მოვუსმინოთ და დავიცვათ დაინტერესებული გარემომცოვებისგან. მოსალოდნელია, რომ სანამ მოძლიერდებიან და შეძლებენ საკუთარ თავზე დამოუკიდებლად ზრუნვას, დასჭირდეთ სხვადასხვა სახის ელემენტარული პრობლემების მოგვარება.

იყავით ახლოს

კრიზისულ მდგომარეობაში მყოფი ადამიანები დროდადრო კარგავენ უსაფრთხოებისა და გარემოსგან დაცულობის გრძნობას. ჰუმანტარული ორგანიზაციის წარმომადგენლებს ან მოხალისეებს შეუძლიათ, დაუბრუნონ მათ ნდობისა და დაცულობის შეგრძნება, უბრალოდ ფიზიკურად გვერდით ყოფნითა და მათზე ზრუნვისა და ემპათიის გამოვლენით. მზად იყავით მათი მხრიდან მოულოდნელი, შეუსაბამო ემოციების გამოხატვისათვის. დაზარალებულმა შეიძლება დაგიყვიროთ კიდევ ან კატეგორიული უარი თქვას დახმარებაზე. არ დაიძაბოთ და არ შეგეშინდეთ მათ მიერ ემოციების უკიდურესი ფორმით გამოხატვის დროსაც კი.



მოუსმინეთ აქტიურად

როდესაც დაზარალებულს მძიმე მდგომარეობიდან გამოსვლაში ეხმარებით, ძალიან მნიშვნელოვანია, რომ გარკვეული დრო აქტიურ მოსმენას დაუთმოთ. აქტიურად მოსმენა გულისხმობს დამაზუსტებელი კითხვების დასმას, რამდენადაც ეს დაზარალებულს სჭირდება და არა სტრესული სიტუაციის დეტალურ კვლევას. შესაძლოა, ამის დრო არ იყოს, მაგრამ, ნებისმიერ შემთხვევაში, აუცილებელია, დაზარალებული უზრუნველვყოთ ბაზისური მხარდაჭერით, თუნდაც დახმარების მიღებამდე.

მიიღეთ მათი ემოციები

კრიზისულ სიტუაციაში ადამიანებმა, შესაძლოა, გამოავლინონ განსხვავებული ემოციები – გადარჩენის სიხარულით დაწყებული, გაქცევის გამო განცდილი სირცხვილით დამთავრებული. არ შეუსწოროთ და განსაკუთრებულად არ გაამახვილოთ ყურადღება ფაქტობრივ ინფორმაციაზე, მაშინაც კი, თუ მათი მონათხრობი არ ემთხვევა მოვლენების თანმიმდევრობას.

აღმოუჩინეთ ზოგადი და აუცილებელი დახმარება

მაშინ, როდესაც ადამიანი იმყოფება კრიზისულ მდგომარეობაში, პრაქტიკული, თუმცა, ელემენტარული დახმარება მისთვის ძალზედ მნიშვნელოვანია. დაუკავშირდით ნებისმიერ ადამიანს, რომელსაც შეუძლია დაზარალებულთან ფიზიკურად იყოს, დაეხმაროს ბავშვებს ან იგი სახლამდე მიაცილოს, ან ვინც სამედიცინო დახმარების გაწევას შეძლებს. ყურადღება მიაქციეთ დაზარალებულის სურვილებსა და მოთხოვნებს, თუმცა, საჭიროსა და აუცილებელზე მეტ პასუხისმგებლობას ნუ აიღებთ.

ავტოკატასტროფის შემდეგ ჯონასი პანიკაში ჩავარდა. მას ხელები უკანკალებდა. წითელი ჯვრის მოხალისემ დაიჭირა მისი ხელები და თან თვალებში უყურებდა მას. ჯონასს არასოდეს დაავიწყდება ის მგერა: „თითქოს მოხალისეს ჩემი უსიტყვოდ ესმოდა“.

როდესაც მუშაობას იწყებთ დაზარალებულთან, რომელმაც უახლოეს წარსულში გადაიტანა კრიზისული მოვლენა, მიჰყევით შემდეგ მითითებებს:

- უპირველეს ყოვლისა, წარუდგინეთ საკუთარი თავი და თქვენი ასისტენტი/დამხმარე;
- თუკი შესაძლებელია, მოარიდეთ სტრესულ სიტუაციას. ეცადეთ, მისი თვალთახედვის არეში ნაკლებად ხვდებოდეს სტრესის გამომწვევი გარემო და შესაბამისად, ნაკლებად ესმოდეს ან ყნოსვის საშუალებით შეიგრძნობდეს მას. დაიცავით ისინი შემთხვევითი დამსწრეებისა და მედია საშუალებებისგან, უზრუნველყავით შესაბამისი საკვებითა და სითხით – ალკოჰოლის გამოკლებით;
- დარწმუნდით, რომ დაზარალებულთან ყოველთვის არის ვინმე;
- ჰკითხეთ, რა მოხდა, როგორ გრძნობს თავს და, ზედმეტი ძალდატანების გარეშე, როდესაც მზად იქნება და მოისურვებს, მიეცით უფლება, ისაუბროს სტრესულ გამოცდილებაზე, საკუთარ შფოთვებსა და გრძნობებზე;
- დაარწმუნეთ დაზარალებული, რომ მისი რეაქცია ნორმალურია;
- თუ საჭიროა, დაეხმარეთ გადაწყვეტილების მიღებაში;
- ჰკითხეთ დაზარალებულს, აქვს თუ არა გასაჩერებელი ადგილი და ჰყავს თუ არა ადამიანი, რომელიც მასზე იზრუნებს, მსგავსი პრობლების არარსებობის შემთხვევაში, დაეხმარეთ, იპოვოს თავშესაფარი და დაამყაროს კონტაქტი შესაბამის პირებთან;
- მიაწოდეთ საჭირო ინფორმაცია, თუ სად და როგორ ეძიოს მისთვის საჭირო/სპეციფიკური დახმარება.

