

Psühhosotsiaalne kriisiabi

Psühhosotsiaalse kriisiabiga leevendatakse inimese ärevust ja pinget ning aidatakse taastada tema turvatunnet, sidet teistega ja kontrolli oma elu üle. Peamine psühhosotsiaalse kriisiabi tegevus on psühholoogiline esmaabi (PEA) – inimlik ja praktiline viis toetada kriisi sattunud inimesi, järgides kolme põhimõtet: jälgi, kuula, aita.

Erinevalt vaimse tervise esmaabist, mis keskendub pikaajalistele vaimse heaolu probleemidele nagu depressioon ja ärevus, tegeleb PEA vahetu kriisilukorra ja inimese esmaste vajadustega. See oskus on eriti vajalik esmareageerijatele, kes puutuvad kokku ootamatut kaotust üle elavate inimestega, kuid tegelikult saab igaüks sellega hädasolijale turvatunnet ja tuge pakkuda.

Möödunud aastal korraldasime 81 psühholoogilise esmaabi koolitust, mille läbis 973 inimest, neist pooled meditsiinitöötajad, kolmandik vanglateenistusest, PPA-st, päästeametist ja naiskodukaitsest.

Psühhosotsiaalse kriisiabi juhtumeid oli 138, toetasime 397 inimest. Kolmandik neist vajas abi lähedase enesetapu tõttu, veerand liiklusõnnetuse ja veerand muu ebaloolumuliku surma tõttu. 79 korda osutasime abi kohapeal ja 60 korda telefoninõustamisena.

Käsiraamatu artikli viimane uuendus 24.04.2025