

СВІТОВІ ПСИХОЛОГИ ОБ'ЄДНУЮТЬСЯ ДЛЯ СПІЛЬНИХ ДІЙ

ПРОТИ ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА

В часи пандемії COVID-19 по всьому світу зростає кількість випадків домашнього насильства (психологічного, фізичного, сексуального).

Що можуть зробити психологи?

1. ПРОПОНУЙТЕ ПІДТРИМКУ, ПОШИРЮЙТЕ РЕСУРСИ

Люди, які зазнали насильства вдома, частіше звертаються за допомогою, якщо вони вважають, що отримують захист та підтримку, які є необхідними для них, щоб змінити ситуацію, в якій вони опинилися. В умовах пандемії ця проблема має нові виклики, адже ризики появи домашнього насильства зростають, а ізоляція під час карантину може призвести до виникнення додаткових бар'єрів звернення за допомогою у служби підтримки.

Дійте, щоб виявити людей, які входять у групи ризику. Захистіть їх, встановивши контакт з місцевими центрами допомоги.

2. ПОЧНІТЬ ДІАЛОГ У ВАШІЙ СПІЛЬНОТІ

Криза COVID-19 та стреси, які з нею пов'язані сприяють зростанню різних видів насильства вдома та спільнотах. Багато людей можуть не усвідомлювати, що вони чи хтось з їх оточення, можуть знаходитися в ситуації насильства або не знають про доступні ресурси допомоги, адже в умовах кризи COVID-19 насильство може нормалізуватися, або бути менш помітним на фоні інших проблем.

Інформуйте громади про ознаки різних типів насильства та шляхи допомоги.

3. НЕМАЄ ЗДОРОВ'Я БЕЗ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я

Люди, які зазнали насильства, що пов'язане з кризою чи катастрофою, можуть відчувати значні та тривалі наслідки для психічного здоров'я, зокрема посттравматичний стрес, депресивні та тривожні розлади та інші проблеми.

Сприяйте появі доступних сервісів для вирішення нагальних та довгострокових проблем.

4. МАЙТЕ СПРАВУ З ЛЮДЬМИ, А НЕ СТЕРЕОТИПАМИ

Насильство слід розглядати в контексті індивідуальних обставин. Травма насильства може бути посилена попереднім досвідом.

Дізнайтеся як надати комплексну допомогу відповідно до унікальних потреб.