



## Interwencja kryzysowa

Interwencja jako pomoc indywidualna dla osób w kryzysie jest dynamiczną formą oddziaływania krótkoterminowego, koncentrującą się na szerokim zakresie zjawisk, mających wpływ na równowagę emocjonalną jednostki rodziny i grupy. Najczęściej występuje jako forma psychologicznego, indywidualnego oddziaływania na pacjenta, opartego na relacji wsparcia emocjonalno-społecznego.<sup>[3]</sup> Przykładami szerokiego zakresu działań interwencji kryzysowej są: poradnictwo socjalne lub prawne, czy możliwość udzielenia schronienia do 3 miesięcy w sytuacjach uzasadnionych. Jest to szczególnie ważna informacja dla matek i ojców z małoletnimi dziećmi oraz kobiet w ciąży, doznających przemocy domowej lub znajdujące się w innej sytuacji kryzysowej.<sup>[2]</sup>

Institucją, która zajmuje się przeprowadzaniem interwencji w sytuacji kryzysu są Ośrodki Interwencji Kryzysowej (OIK). Interwencja kryzysowa składa się z kilku etapów. Pierwszym z nich jest zdefiniowanie źródła problemu. W tym kroku zbiera się jak najwięcej informacji od osoby w kryzysie, by móc trafnie zidentyfikować stresor. Po drugie interwencja kryzysowa musi dokonać oceny zagrożenia fizycznego i psychicznego oraz zapewnić bezpieczeństwo. Dopiero teraz interwencja może skupić się na udzielaniu wsparcia, rozumianego jako rozmowy opartej na triadzie Rogersa (akceptacja, empatia, kongruencja)<sup>[4]</sup>, przeprowadzonej w sprzyjających temu warunkach (miejscu i czasie). Zadaniem pracownika OIK (Ośrodków Interwencji Kryzysowej) jest zidentyfikowanie możliwych do wykorzystania zasobów, ale także specyficznych dla tego przypadku trudności np. finansowych, lokalowych, zdrowotnych. Po zebraniu informacji i zrozumieniu całokształtu sytuacji, w której znajduje się osoba w kryzysie, wspólnie opracowuje się plan działania, jeśli to możliwe oparty na sprawdzonych już rozwiązaniach. Ostatni etap interwencji kryzysowej polega przede wszystkim na zobowiązaniu się osoby w kryzysie do współdziałania i realizowania działań zawartych w stworzonym planie.<sup>[1]</sup>

W Polsce nie prowadzi się powszechnego spisu wszystkich Ośrodków Interwencji Kryzysowej (OIK). Szczegółowe informacje dotyczące danych teleadresowych Ośrodków Interwencji Kryzysowej (OIK), powinny znajdować się na stronach internetowych urzędów wojewódzkich, powiatów, MOPS/MOPR, bądź w lokalnym Biuletynie Informacji Publicznej.

Na następnej stronie załączona została tabela z porównaniem interwencji kryzysowej, pomocy psychologicznej i psychoterapii.

## Interwencja kryzysowa

Cecha	Interwencja kryzysowa	Pomoc psychologiczna	Psychoterapia
Czas podjęcia pomocy	Presja czasu, stała gotowość, bezzwłoczna interwencja	brak presji czasu	brak presji czasu
Cel pomocy	Zakończenie kryzysu, powrót do równowagi,	Przystosowanie do otoczenia, dorastanie do osobistych celów	Zmiany wzorów zachowania, osobowości, funkcjonowania rodziny
Czas trwania pomocy	Ograniczony (do 10 spotkań, najczęściej 1-3)	Bez znaczenia – rozciągnięcie w czasie	Rozciągnięcie w czasie (oprócz terapii krótkoterminowych)
Nawiązanie kontaktu	Służby wychodzące do klienta. Interwencja w społeczności	Oczekiwanie na klienta	Oczekiwanie na klienta
Aktywność oddziałującego	Dyrektywność, aktywność interwenta. Płynność roli	Umiarkowana	W zależności od typu psychoterapii



## Interwencja kryzysowa

**TIP:** Odszukaj dane teleadresowe ośrodków interwencji kryzysowej działających w Twojej okolicy. Przygotuj sobie informację dot. ich pracy, jakie działania podejmują i co mogą zapewnić, a następnie udostępniaj pacjentom, jeśli uznasz, że taka pomoc może okazać się niezbędna w ich przypadku. Ponadto, pozyskane dane kontaktowe można dołączyć do obowiązujących w waszym POZ Standardów Ochrony Dzieci.

