



Freem - institut pro psychoterapii a poradenství, z.s.

Posttraumatická péče pro uprchlíky zasažené válkou – pro dospělé i děti

Mnozí uprchlíci přicházejí do ČR s různými zážitky z války, které mohou ovlivňovat jejich schopnost adaptace na nové podmínky. Může se u nich rozvíjet posttraumatická reakce, která má velmi různé projevy. Časté jsou:

- úlekové reakce na hlasité zvuky (sirény, houkání složek IZS, letadla, vrtulníky, ale i obyčejné bouchnutí dveřmi),
- úleková reakce na světlo nebo na dotyk,
- nespavost,
- problémy s pamětí,
- potíže s koncentrací,
- podrážděnost, návaly hněvu,
- emoční otupělost, pocity beznaděje,
- úzkostné vzpomínky, flashbacky, myšlenky,
- úzkostné sny, pocity, halucinace, iluze.

V Olomouckém kraji se podařilo vytvořit tým interventů, kteří pomáhají lidem překonávat traumatické události a obtíže s adaptací na nové podmínky.

Naši koordinátoři mluví ukrajinsky i česky a pomohou najít potřebnou pomoc. Pomoc je bezplatná (hrazena z projektu DG Sante) a z dosavadních zkušeností je u mnohých velmi účinná.

V případě, že byste věděli o někom, dospělém i dítěti, kdo potřebuje pomoc, kontaktujte, prosím, tým interventů na tomto e-mailu: assyst.olomouc@gmail.com nebo na telefonních číslech 605 367 020, 605 367 475.

Projektová podpora: DG SANTE: Provision of quality and timely psychological first aid to people affected by Ukraine crisis in Ukraine and impacted countries