

Чэк-ліст «Як ладзіць мерапрыемствы для людзей з посттраўматычным сіндромам (ПТСР)»

Фарматы працы на мерапрыемствах

- * Індывідуальныя мерапрыемствы або праца ў малых групах
- * Дыхальныя тэхнікі, медытацыя або рэлаксацыя
- * Працатэрапія
- * Мерапрыемствы на прыродзе і фізічная актыўнасць

Падрыхтоўка

1

Форма рэгістрацыі

Спытаць будучых удзель_ніц пра іх асаблівыя патрэбы.

2

Анонс

Папярэдзіць удзель_ніц пра фармат мерапрыемства і прапісаць трыгерныя папярэджанні.

3

Бяспека і камфорт

На мерапрыемстве неабходна стварыць бяспечную прастору, то-бок прастору, дзе ёсць правілы камунікацыі і паводзін.

Правядзенне

1

Уважлівасць

Назіраць за паводзінамі ўдзель_ніц, адсочваць змены ў іх стане.

2

Гнуткасць

Трэба быць гатовымі мяняць фармат дзейнасці зыходзячы з бягучай сітуацыі і зменаў у паводзінах/стане ўдзель_ніц.

3

Перапынак

Наяўнасць зоны адпачынку і/ або ціхага пакою для адпачынку.

Вельмі важна, каб удзель_ніцы бавілі час за заняткамі, якія ім падабаюцца і прыносяць задавальненне, дапамагаюць ім адчуваць сябе ў бяспецы і наладжваць зносіны з іншымі людзьмі.

Чэк-ліст распрацаваны паводле артыкула Марыйкі Арловай «Як ладзіць мерапрыемствы для людзей з посттраўматычным сіндромам», з якога можна больш даведацца пра ПТСР і падрыхтоўку мерапрыемстваў для людзей з такім сіндромам.