

Чек-лист «Как проводить мероприятия для людей с посттравматическим синдромом (ПТСР)»

Форматы работы на мероприятиях

- * Индивидуальные мероприятия или работа в малых группах
- * Дыхательные техники, медитация, релаксация
- * Трудотерапия
- * Мероприятия на природе и физическая активность

Подготовка

1

Форма регистрации

Спросить будущих участн_иц об их особых потребностях.

2

Анонс

Предупредить участн_иц о формате мероприятия и прописать триггерные предупреждения.

3

Безопасность и комфорт

На мероприятии необходимо создать безопасное пространство, где есть правила коммуникации и поведения.

Проведение

1

Внимательность

Наблюдать за поведением участн_иц, отслеживать изменения в их состоянии.

2

Гибкость

Нужно быть готовыми менять формат деятельности исходя из текущей ситуации и изменений в поведении / состоянии участн_иц.

3

Передышка

Наличие зоны отдыха и / или тихой комнаты для перерыва.

Очень важно, чтобы участн_ицы проводили время, занимаясь тем, что доставляет им удовольствие, помогает им чувствовать себя в безопасности и налаживать общение с окружающими.

Чек-лист разработан на основе статьи Марыйки Орловой [«Как проводить мероприятия для людей с посттравматическим синдромом»](#), из которой можно больше узнать о ПТСР и подготовке мероприятий для людей с этим синдромом.