



PFA COMPLEX REACTIONS AND SITUATIONS

Why did we do this?

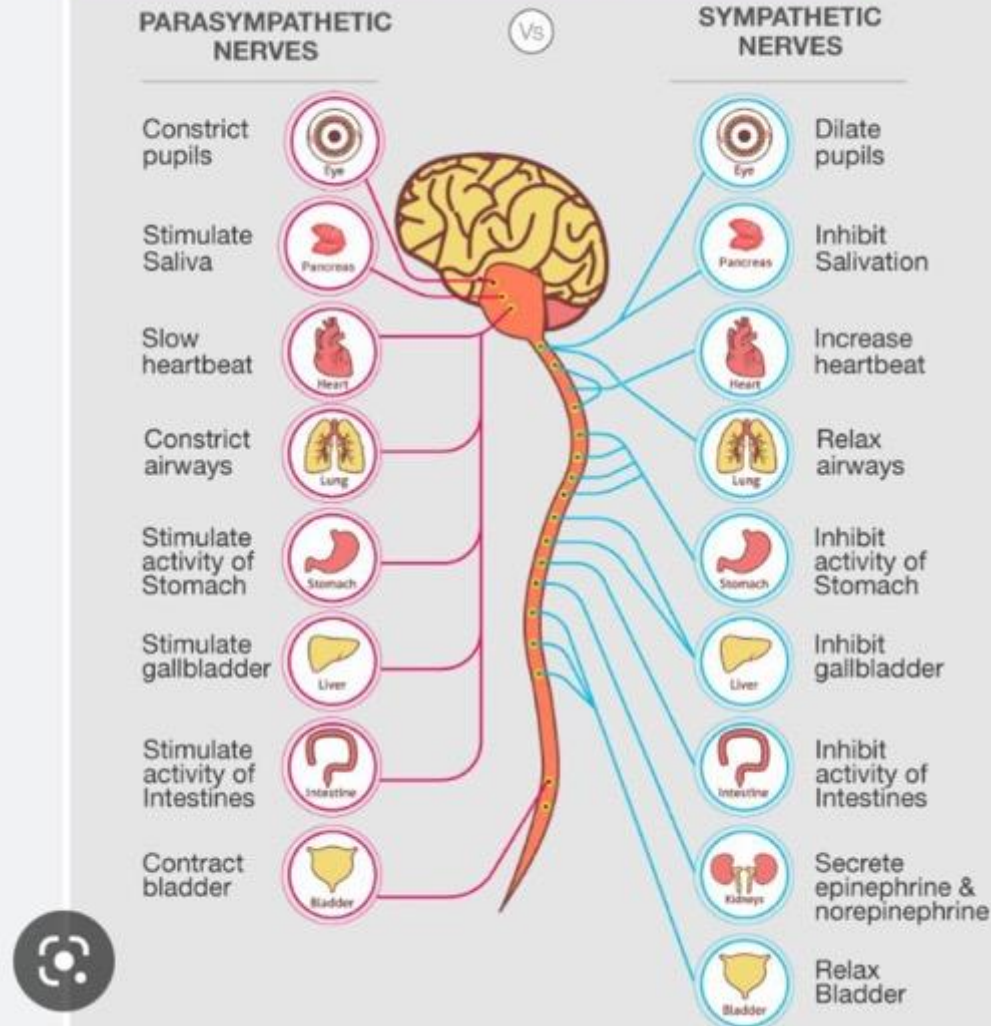
- RCRC staff and volunteers (lay persons) have a huge gap in knowledge about trauma.
- Many mental health professionals have a huge gap in knowledge about trauma, PFA and PSS.
- Referral gap: not enough mental health professionals trained in effective trauma specific approaches.
- Training on PFA often too focused on what to say/not say and less on what to do.

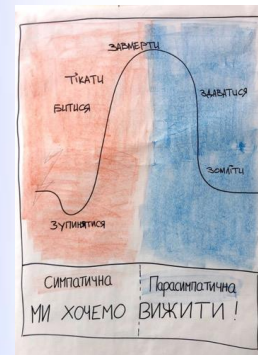
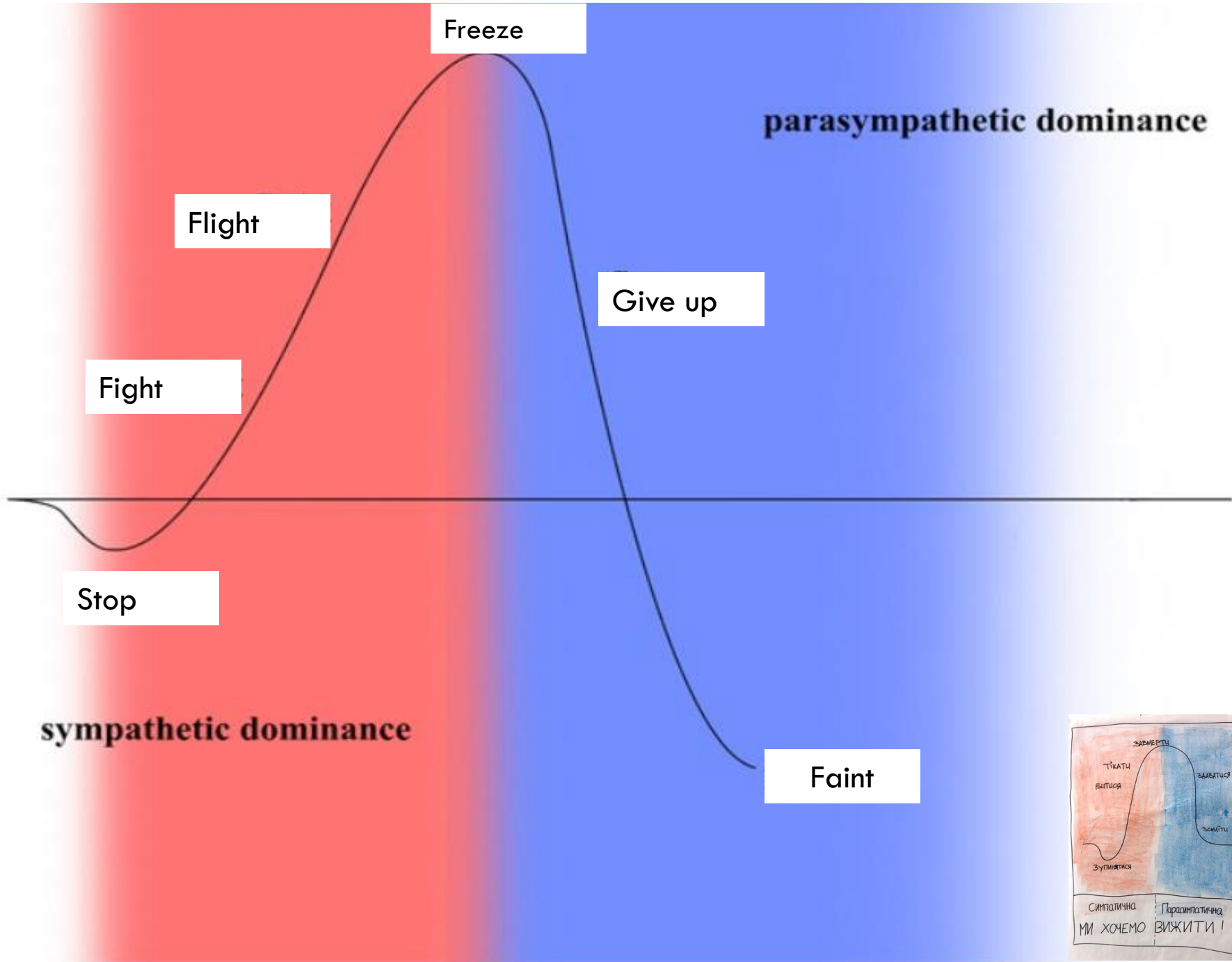
Training content after piloting

- Prepare, Look, Listen, Link.
- Defining trauma and potentially traumatic events.
- Physical reactions to distressing events.
- The brain and the autonomic nervous system.
- Building personas for practice.
- Practice each persona.
- The importance of self-care and team-care.

The body

DIFFERENCE BETWEEN SYMPATHETIC AND PARASYMPATHETIC





Hand model of the brain

PREFRONTAL CORTEX



CEREBRAL CORTEX



LIMBIC REGIONS
HIPPOCAMPUS & AMYGDALA

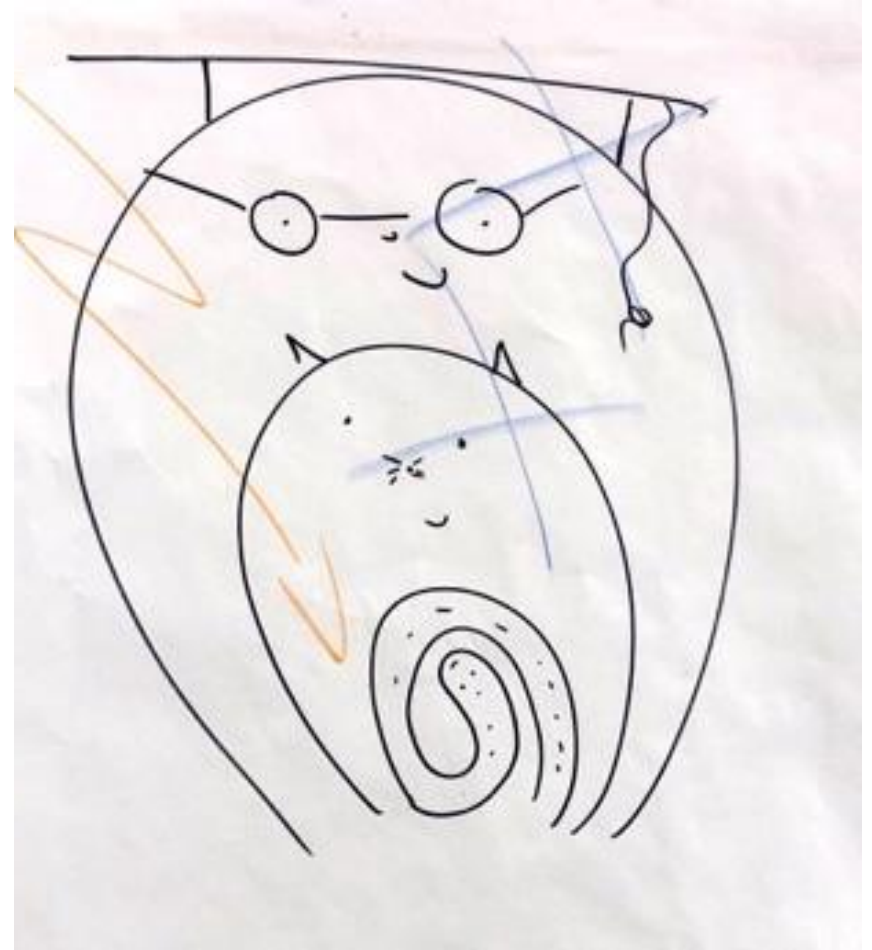
BRAIN STEM
BASE OF SKULL

SPINAL CORD

The brain

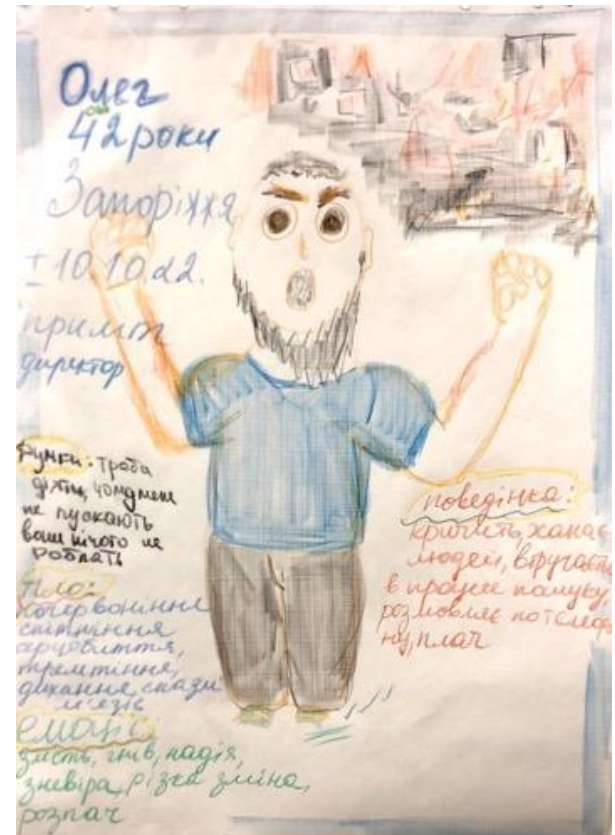
“In a situation of life threat or emergency, the professor and the cat brain basically go offline and leave every decision to the lizard brain.”

Meaning the autonomic nervous system – which is the lizard brain - determines your actions in those moments, and there are less decisions determined by the prefrontal cortex – which is the professor brain.”

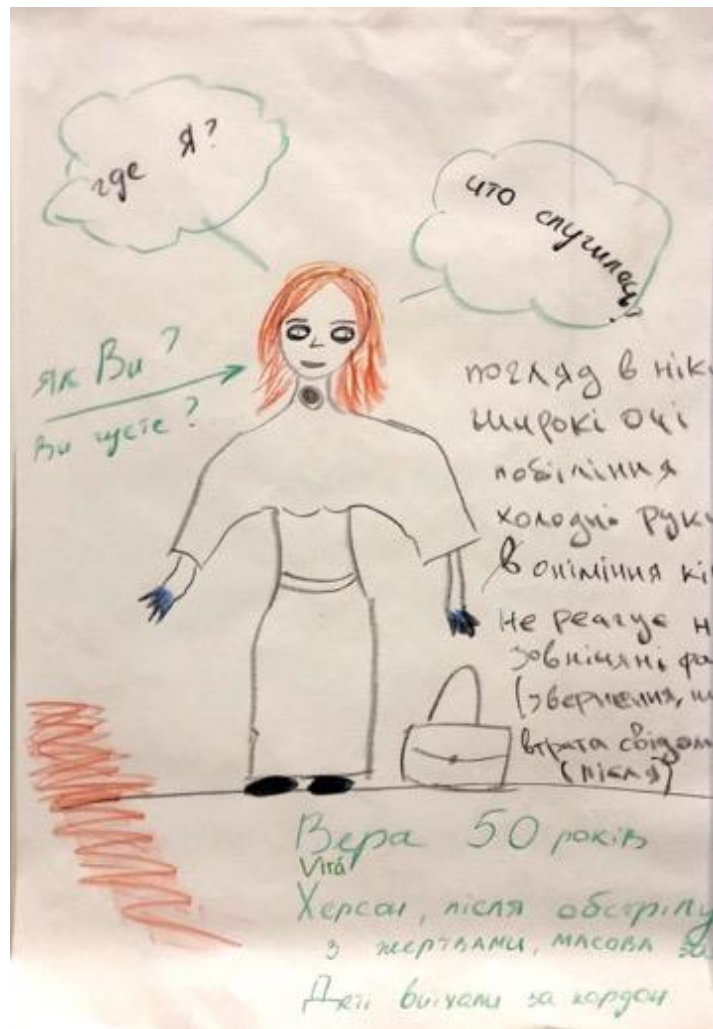


Interventions for „Olek“

- What to say
- What to do
- How to use your voice
- How to use your body language







1) Ступор
 2) тремор
 3) слези
 4) потреба в контакті
 5) замерзання
 6) стресові історії
 через попередню підготовку
 7) себе

Anastasia
 20 years
 Mykolaiv
 06/22

- Я ГОЛУЧ - Я ВОЛОНТЕР
 - НЕБЕ ЗВАТИ... - Я ХОЧУ ВАМ ДОПОМОГТИ
 - ПОТРЕБИ - БЛИЗЬКІ ЛЮДИ
 - ОЗВУЧУВАТИ ВСІ СВОЇ дії
 - СТАВИТИ ПИТАННЯ

Анастасія

- БУТИ ПОВРА - ПОЛОЖЕННЯ ТІМ
 - АКТИВНО СЛУХАТИ - АСТУК
 - ПЕРЕНАПРАВИТИ ДО СПЕЦІАЛІСТІВ
 - ПРИЙМАТИ ЕМОЦІЇ
 - ПОВАГА
 - БАЗОВІ ПОТРЕБИ

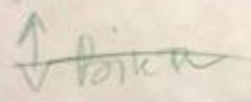
ІНТЕРВЕНЦІЇ

- ЗВ'ЯЗАТИСЬ ІЗ: - РОДИНАМИ - ДРУЗЬМИ
 - КОЛЕГАМИ - ЗНАЙОМИМИ

- ГОЛОС СПОКІЙНИЙ, ЛУХАННЯ
 - ВПЕВНЕНІЙ
 - НЕГОЛОСИО, АЛЕ Ї НЕ ТУХО
 - ІНТОНАЦІЯ, ТЕМП
 - ЧИСТІЙ, ЧІТКИЙ
 - "ГРАТІСЯ" ГОЛОСОМ
 - НАГОЛОС


- ПРАЦЮВАТИ НА РІВНІ ОЧЕЙ ПОСТРАЖДАЛОГО
 - ТРИМАТИ ДІЛОНЬКУ НА РІВНІ ЛОПІТОК
 - ТРИМАТИ ПОСТРАЖДАЛОГО ЗА РУКУ
 - ТРИМАТИ КОМФОРТНУ ВІДСТАНЬ ВІД ПОСТРАЖДАЛОГО, АЛЕ БУТИ ГОЛУЧ
 - СПРИЯТИ ВИХОДУ ПОСТРАЖДАЛОГО ІЗ ЗАКРИТОЇ ПОЗИ

III група
Alicia/Alice

- 1) Серпень 2022 р
- 2) Київ -! Cool city!!!
- 3) прилет б/п дуг., розбор зав
- 4) Дівчинка 10 років
- 5)  Аліка

...
 - єдина дитина
 - дідо, бабу
 - тато, мамо.
 - кімнатка
 - подружки у сусід наїзді
 -

З мене
що - безвартісний
хочу дитину



тренінг плавець

заступниця,
мама,
розуміє, не може

- судити і як дитина
- не хоче покинути маму

Аліка



- ЗРОБИТИ КОМПЛІМЕНТ
- ЧИ ТУ МЕНЕ ЧУЄШ?
- Я ТУТ З ТОБОЮ, ТИ НЕ ОДИНА
- ЧИ Є ХТОСЬ, ХТО МОЖЕ ПРО ТЕБЕ ПРАВДИТИ ПOKИ БАТЬКІВ НЕМАЄ?
- КОЛИ ТИ ВОСТААННЕ ІМА АБО ПЦЛА?
- ЩО ТИ ЛЮБИШ ІСТЦ (ПЦТЦ)?

- ШУКАТИ БАТЬКІВ
- БУТИ НА ОДНОМУ РІВНІ
- ДІТИ ВПРІШУЮТЬ ЗА СЕБЕ
- ВРАХОВУВАТИ ПОЧУТТЯ ДИТИНИ
- ГОВОРИТИ МОВОЮ ДИТИНИ
- ЗАВЖДИ ВІДПОВІДАЙТЕ НА ПИТАННЯ ДІТЕЙ
- НАДАВАЙТЕ ТІЛЬКИ ІНФОРМАЦІЮ ПРО ЯКУ ПИТАЮТЬ ДІТИ
- НАПРАВИТИ ДИТИНУ ДО ДОВІРНОЇ ОСОБИ, ЯКА ПРАВДАЄ ПРО НЕЇ
- ГОВОРИТИ СПОКІЙНО
- АДАПТУВАТИ ГОЛОС ДО ДИТИНИ



- БУТИ НА РІВНІ З ДИТИНОЮ
- ПРИЙНЯТИ ПОДІБНУ ПОЗУ
- ЗАВЖДИ ПИТАЙТЕ ЧИ МОЖНА ТОРКАТИСЯ ДИТИНИ

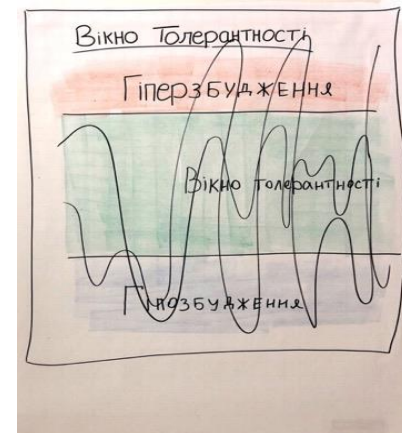


ЦЕ НЕ ВАША РОБОТА ГОВОРИТИ ДИТИНІ ПРО ЗАГИБЕЛЬ БАТЬКІВ

ІНТЕРВЕНСІЇ

Self-Care and Team-Care

- Window of Tolerance
- PTSD
- Burn-Out

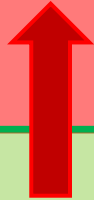


Window of Tolerance



Hyperarousal:

- “Too many” emotions (fear, anger)
- Always on the edge, impulsive
- Racing thoughts

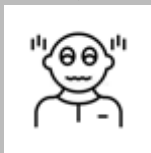


Optimal arousal zone

Window of
Tolerance



intense emotions and states of calmness
emotions can be tolerated
information can be processed



Hypoarousal:

- “Too little” emotions (numbness)
- Helpless, hopeless
- Inability to think, “blank”

Next steps

- Feedback on curriculum from Ukraine Red Cross.
- PS centre and peer review of curriculum.
- Training of Trainers with Ukraine Red Cross.
- Train Danish Red Cross delegates and National Societies we work with if relevant.
- Training manual – once approved by PS centre – available for all.

Thanks to Ukraine Red Cross

