PSYCHICZNY SCHRON

Spokój • kierunek • współpraca

Budujemy infrastrukturę, która chroni nasze życie.
Czas zbudować infrastrukturę psychiczną,
która pomaga ludziom przetrwać kryzys.

01 DLACZEGO TO WAŻNE?

Samorządy inwestują w drogi, schronienia, sprzęt i procedury. To konieczne. Jednak w chwili alarmu o skuteczności działań decydują także ludzie: ich zdolność do regulowania emocji, podejmowania decyzji, komunikacji i współpracy pod presją.

02 W KRYZYSIE LUDZIE PATRZĄ NA LIDERA

Dziecko obserwuje rodzica, gdy dzieje się coś niepokojącego. Pasażer podczas turbulencji spogląda na załogę samolotu. Podobnie mieszkańcy i pracownicy szukają w swoich liderach spokoju, jasnych komunikatów i kierunku działania. Zachowanie lidera może ograniczać chaos albo go nasilać.

03 CEL PROGRAMU

Przygotować osoby odpowiedzialne za innych do świadomego reagowania na lęk, niepewność, przeciążenie i poczucie bezradności. Nie chodzi o obietnicę braku strachu, lecz o umiejętność działania pomimo niego — z troską o siebie, zespół i mieszkańców.

OD PROCEDURY DO RELACJI

Bezpieczeństwo to nie tylko wiedza, co zrobić. To również zaufanie do ludzi, którzy potrafią poprowadzić innych przez trudny moment.

OD LIDERA DO ODPORNEJ SPOŁECZNOŚCI

Proponowany model wdrożenia programu w samorządzie

ETAP 1 / LIDERZY SAMORZĄDOWI

Warsztat otwierający dla prezydentów, starostów, kadry zarządzającej i osób koordynujących działania kryzysowe. Rozpoznawanie reakcji stresowych, komunikacja pod presją, stabilizowanie zespołu, podejmowanie decyzji i budowanie zaufania.

ETAP 2 / INSTYTUCJE I LOKALNI LIDERZY

Rozszerzenie na dyrektorów jednostek, nauczycieli, pracowników pomocy społecznej, ochrony zdrowia i innych służb. Wspólny język reagowania, ćwiczenie trudnych rozmów, współpraca między instytucjami i wzajemne wsparcie.

ETAP 3 / MIESZKAŃCY I RODZINY

Docelowo spotkania dla rodziców, dzieci, młodzieży, seniorów i mieszkańców. Proste narzędzia radzenia sobie z lękiem, szukania pomocy i wspierania bliskich — dostosowane do potrzeb konkretnej społeczności.

CO POZOSTAJE PO SZKOLENIU?

Nie tylko wiedza, lecz także sieć kontaktów i lokalny potencjał wsparcia: możliwość utworzenia grup współpracy, cyklicznych spotkań liderów, wymiany doświadczeń oraz wspólnego wypracowania rozwiązań na czas kryzysu. Spotkania odbywają się w przyjaznej, bezpiecznej atmosferze sprzyjającej rozmowie i praktycznym ćwiczeniom.

PROPOZYCJA DLA SAMORZĄDU

Rozpocznijmy od pilotażowego warsztatu dla kadry kierowniczej, a następnie wspólnie określmy potrzeby, grupy odbiorców i harmonogram kolejnych etapów. Zakres, liczba uczestników i budżet do uzgodnienia.

Autor: Jacek Pawłowski | psycholog, praktyk ochrony zdrowia psychicznego

Program łączy perspektywę psychologiczną, zarządczą i środowiskową.