

خطة العمل الوطنية المشتركة بين القطاعات لتوفير الاستجابة في مجال الصحة النفسية والدعم النفسي-الاجتماعي لكارثة انفجار بيروت (من صفر إلى 3 أشهر)

لقد خلفت مأساة انفجار مرفأ بيروت الذي وقع في 4 آب/أغسطس عواقب وخيمة على العديد من الجبهات وكان لها أثر مباشر على الظروف المعيشية والصحة الجسدية والنفسية للأشخاص المتضررين. إنَّ التداعيات على مستوى الصحة النفسية بدأت في الظهور للتو، ولكن من المرجح أن تزداد احتياجات الأشخاص كافة، من رجال ونساء وأطفال ولبنانيين ولاجئين ونازحين بشكل هائل في الأشهر والسنوات القادمة، خاصةً وأنَّ لبنان يمرُّ بأزمة اقتصادية حادة وأزمة صحية بسبب جائحة فيروس كورونا المستجد كانتا قد ألقتا بثقلهما بشدة على الصحة النفسية لكافة هؤلاء.

وتبرز خطة العمل الوطنية المتعددة القطاعات لتوفير استجابة في مجال الصحة النفسية والدعم النفسي-الاجتماعي لانفجار بيروت مجالات ذات الأولوية في المرحلة الأولى كما وترمي إلى توجيه عملية التخصيص الفعال للموارد.

الهدف

الاستجابة بفعالية لاحتياجات الصحة النفسية والنفس-اجتماعية لجميع الأشخاص (بمن فيهم الفتيان والفتيات والمراهقون والبالغون وكبار السن) الذين يعيشون في لبنان والذين تضرروا من انفجار بيروت تماشياً مع المبادئ الواردة أدناه.

المبادئ

إعادة بناء رعاية صحية نفسية أفضل ومستدامة بعد حالات الطوارئ

➤ضمان الدعم لعملية إصلاح قطاع الصحة النفسية وبناء نظام صحة نفسية مستدام يستجيب لحاجات جميع الأشخاص في لبنان.

التنسيق الفعال

➤تفعيل الاستجابة السريعة والفعالة للاحتياجات
➤إشراك جميع الاطراف المعنية
➤تجنب الازدواجية

المبادئ الأساسية للاستجابة في مجال الصحة النفسية والدعم النفسي-الاجتماعي في حالات الطوارئ (إرشادات اللجنة الدائمة المشتركة بين الوكالات)

➤حقوق الإنسان والإنصاف
➤المشاركة
• عدم الإضرار (بما في ذلك اتباع الاجراءات الوقائية لفيروس كورونا المستجد)
• البناء على الموارد والقدرات المتاحة
• أنظمة دعم متكاملة ومتعددة الطبقات
• عدم التحيز وعدم التمييز ضد الجنسية أو الدين أو الجنس أو غير ذلك.

I. التنسيق

1. تحديد الموارد والخدمات في إطار فريق العمل المعني بالصحة النفسية والدعم النفسي-الاجتماعي (على سبيل المثال، الاسعافات النفسية الأولية والخدمات المتخصصة والمدرّبين وما إلى ذلك)¹
2. مسح لمنظمات الإغاثة العاملة على الأرض للقيام بنشر النصائح والرسائل الرئيسية القائمة على الإسعافات النفسية الأولية على العاملين في الخطوط الأمامية.
3. تنسيق الأنشطة، وتقييم الاحتياجات، وتخصيص الموارد من قبل جميع الجهات المشاركة في الاستجابة وذلك عبر القطاعات كافةً ومجموعات العمل (ومنها حماية الطفل بما يتضمّن لجنة الدعم النفسي-الاجتماعي، والشباب، والصحة، والمعيشة، والتعليم، والصحة الجنسية والإنجابية، وما إلى ذلك).
4. دمج الصحة النفسية والدعم النفسي-الاجتماعي في القطاعات الأخرى وفي عمليات تقييم الاحتياجات ذات الصلة.
5. التنسيق مع المبادرات الجديدة للانضمام إلى آليات التنسيق الرسمية.
6. تطوير ونشر توجيهات بشأن الدعم النفسي القائم على الأدلة العلمية في أعقاب الأحداث الصادمة بشكل يستهدف المنظمات المزوّدة للخدمات عبر مستويات هرم اللجنة الدائمة المشتركة بين الوكالات (IASC pyramid).
7. اتخاذ خطوات لمواصلة تطوير نظام مستدام للصحة النفسية كجزء من جهود التعافي من الأزمات .

II. خدمات الصحة النفسية والدعم النفسي-الاجتماعي

1. ضمان توفير الإسعافات الأولية النفسية (PFA) حسب الحاجة من قبل العاملين في الخطوط الأمامية وذلك عبر كافة القطاعات.²
 - وضع مواد تدريبية مشتركة للإسعافات النفسية الأولية ليتم استخدامها من قبل كافة المنظمات، مع تكييفها مع السياق الحالي وإدراج نصائح حول الإسعافات النفسية الأولية خاصة بالأطفال بالإضافة إلى إتاحة الإسعافات النفسية الأولية عبر الهاتف.
 - ضمان إمكانية الحصول على المعلومات والدعم النفسي الأولي للعَمال الاجانب, لا سيما من خلال ترجمة المواد إلى اللغات ذات الصلة.
 - توفير تدريب للتذكير بالإسعافات النفسية الأولية.
 - إرسال عاملين على الخطوط الأمامية مدرّبين على الإسعافات النفسية الأولية من مختلف القطاعات حسب الحاجة في المواقع ذات الأولوية (مثلاً في الخيم التي تمّ نصبها في المناطق المتضررة؛ وفي المستشفيات الميدانية التي هي قيد الانشاء؛ وما إلى ذلك).
 -
2. توفير برامج داعمة للاهل حول تربية الأطفال تستند إلى الأدلة العلمية.

1 مع تحديث منظم للمنصة الالكترونية التي تتضمن مساحاً للخدمات النفس-اجتماعية التي توفرها كافة الجهات الفاعلة (الرابط).

2 الحماية، الشباب، التعليم، المأوى، المعيشة، الصحة، التغذية، الصحة الجنسية والإنجابية، المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية، الخ.

3. إحالة الأشخاص الذين يعانون من ضيق نفسي والذين يحتاجون إلى التحدث أو إلى التوجيه إلى خدمات الصحة النفسية إلى **الخط الوطني الساخن** للدعم النفسي والوقاية من الانتحار (خط الحياة - على الرقم 1564)
- 4 - **دعم الخط الوطني الساخن "خط الحياة"** ، بما في ذلك تأمين تشغيل الخط الساخن بدوام كامل (7/24).
- 5 - **توسيع نطاق الحملة الوطنية للصحة النفسية للشباب** وضمان الوصول إلى المراهقين والشباب المتضررين من الانفجار (مع التركيز على تطبيع ردود الفعل المتوقعة في حالات الضيق ومتى يجب طلب المساعدة) من خلال رسائل مبتكرة وإلكترونية.
- 6 - **إجراء دورات تدريبية للتذكير بالمعلومات ودورات تدريبية جديدة للعاملين في الخطوط الأمامية** من جميع القطاعات ذات الصلة تتمحور حول التعرّف على الاضطرابات النفسية وإحالة الأشخاص إلى الخدمات بشكل آمن.
- 7 - **تفعيل قائمة إختصاصيين في الصحة النفسية** (أطباء نفسيون واختصاصيين في علم النفس العيادي) لتقديم الدعم المتخصص في مجال الصحة النفسية عند الحاجة إلى الأشخاص المتضررين من الانفجار.
8. **ضمان توفير الرعاية والدعم النفسي-الاجتماعي للعاملين في الخطوط الامامية** (سواء أكانوا موظفين أو متطوعين) وللمهنيين العاملين في مجال الصحة النفسية المشاركين في الاستجابة وذلك بشكل عابر للقطاعات² (بما في ذلك الاعلاميين)، بما يتضمّن:
 - توفير نصائح وموارد الرعاية الذاتية للعاملين في الخطوط الأمامية
 - إنشاء فرق دعم (وفقا للمخطط الوطني الموحد الذي سيتم وضعه)
 - ضمان الوصول إلى خدمات متخصصة في مجال الصحة النفسية عند الحاجة
 - على المنظمات تنفيذ إجراءات لتعزيز وحماية الصحة النفسية في مكان العمل بما يتماشى مع **الميثاق الوطني** ذي الصلة
- 8 - **ضمان توفر وإتاحة أدوية الصحة النفسية اللازمة** بعد تقييم المخزون والمشتريات المتبقية القابلة للاستعمال.
- 9 - **دمج الصحة النفسية في خطط إعادة تأهيل مراكز الرعاية الصحية الأولية المتضررة** من خلال ضمان توفر موظفين مناسبين وتدريب مناسب وذلك بهدف توفير تدخلات مبنية على الأدلة العلمية في مجال الصحة النفسية والاستجابة لاضطرابات استخدام المواد المسببة للإدمان، والربط بالخدمات المتخصصة بما يتماشى مع نموذج الرعاية الوطني.
- 10 - **توسيع مركزين من مراكز الرعاية الصحية الأولية ليصبحا مركزين مجتمعيين للصحة النفسية** (يتوفر فيهما فريق متعدد التخصصات من المهنيين المتخصصين في مجال الصحة النفسية ويتم ربطهما بفرق التوعية) بهدف تقديم خدمات قائمة على الأدلة في مجال الصحة النفسية واضطرابات استخدام المواد المسببة للإدمان بما يتماشى مع النموذج الوطني.
- 11 - **دمج الصحة النفسية ضمن خدمات صحة الأم والصحة الجنسية والإنجابية (على مستوى الخدمات الداخلية والخارجية).**
- 12- **زيادة عدد الأسرة المخصصة للرعاية للصحة النفسية الداخلية في المستشفيات العامة على النطاق الوطني:**
 - المناصرة وحشد الموارد لافتتاح أقسام للصحة النفسية توفر علاجاً داخلياً في المستشفيات الحكومية بدءاً من إعادة فتح قسم الصحة النفسية في مستشفى رفيق الحريري الحكومي
 - الدعوة إلى حشد الموارد لإعادة تأهيل قسم الرعاية الصحية النفسية الداخلية في مستشفى القديس جاورجيوس ومستشفى أوتيل ديوب.

1 مع تحديث منظم للمنصة الالكترونية التي تتضمن مساحاً للخدمات النفس-اجتماعية التي توفرها كافة الجهات الفاعلة (الرابط).

2 الحماية، الشباب، التعليم، المأوى، المعيشة، الصحة، التغذية، الصحة الجنسية والإنجابية، المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية، الخ.

III نشر المعلومات

1. تعزيز الوصول إلى المعلومات العامة التي قد يحتاجها الأشخاص المتضررون.
2. نشر رسائل رئيسية متعلقة بالصحة النفسية (تراعي الاعتبارات المتعلقة بالنوع الاجتماعي وتكون شاملة لجميع الأشخاص المتواجدين في لبنان) من خلال وسائل التواصل الاجتماعي، والظهور على التلفزيون والإذاعة وسلسلة الاتصالات ونقاط المعلومات (الخ) حول:
 - أ. ردود الفعل الطبيعية بعد حدث صادم عند البالغين والأطفال
 - ب. ما يجب فعله أو تجنبه عند تقديم الدعم للأشخاص المتضررين
 - ت. رسائل حول كيفية التعامل مع الضغط النفسي وكيف يمكننا أن ندعم بعضنا البعض
 - ث. نصائح للأهل ولمقدمي الرعاية حول دعم الأطفال للتكيف مع الحدث الصادم
 - ج. نصائح للنساء الحوامل والأمهات الجدد المتضررات من الانفجار مع تعميم الرسائل حول تغذية الرضع والأطفال الصغار
 - ح. نصائح حول الرعاية الذاتية للعاملين في الخطوط الأمامية والمتطوعين وغيرهم من المشاركين في الاستجابة
 - خ. التنقيف النفسي لمقدمي الرعاية بشأن أثر الضيق الجسدي/العاطفي وعملية إعادة التأهيل (الجسدية والنفسية)
 - د. مواضيع أخرى حسب الحاجة.
3. وضع نصائح للعاملين على الخطوط الأمامية في مجال الإغاثة حول كيفية دعم الأشخاص بعد وقوع حدث صادم بناءً على الإسعافات النفسية الأولية ونشرها على نطاق واسع (من خلال العاملين الميدانيين والعاملين على الخطوط الأمامية، والمنظمات غير الحكومية من جميع القطاعات²، ووسائل التواصل الاجتماعي، الخ): للبالغين (بالإنكليزية/العربية) وللأطفال (بالإنكليزية/العربية)
4. نشر نصائح للمراسلين الإعلاميين حول كيفية القيام بتغطية حدث صادم بطريقة تراعي المعايير المهنية والأخلاقية (بالإنكليزية/العربية).

1 مع تحديث منظم للمنصة الالكترونية التي تتضمن مساحاً للخدمات النفس-اجتماعية التي توفرها كافة الجهات الفاعلة (الرابط).

2 الحماية، الشباب، التعليم، المأوى، المعيشة، الصحة، التغذية، الصحة الجنسية والإنجابية، المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية، الخ.

الملحق 1: قائمة مواد التوعية الوطنية التي أعدت حتى الآن:

- أ. ما يجب فعله وما يجب تجنبه عند توفير الدعم للأشخاص المتضررين بعد حدث صادم (بالإنكليزية/العربية)
- ب. نصائح للمتطوعين في عمليات تنظيف الأحياء المتضررة (لاحترام وللحفاظ على خصوصية الشخص المتضرر) (بالإنكليزية/العربية)
- ت. ردود الفعل الطبيعية للبالغين بعد حدث صادم وكيفية التكيف (بالإنكليزية/العربية)
- ث. ردود الفعل الطبيعية للأطفال بعد حدث صادم ونصائح لمقدمي الرعاية حول كيفية دعمهم (بالإنكليزية/العربية)
- ج. كيفية دعم الأطفال للتكيف مع الوضع الحالي (بالإنكليزية)
- ح. نصائح للتعامل مع نوبات الهلع (بالإنكليزية/العربية)
- خ. نصائح للتعامل مع الانفصال عن الواقع والانفصال عن الذات بعد حدث صادم (بالإنكليزية/العربية)
- د. نصائح للتعامل مع الأرق وهو أمر طبيعي بعد وقوع حادث صادم (بالإنكليزية/العربية)
- ذ. نصائح للأشخاص الذين لديهم اضطراب نفسي مسبقا للتعامل مع الضغط النفسي بعد حدث صادم (بالإنكليزية/العربية)
- ر. نصائح للنساء الحوامل والامهات الجدد حول التعامل مع الضغط النفسي بعد حدث صادم (العربية)
- ز. نصائح لدعم شخص يمر بفترة حداد (بالإنكليزية/العربية)
- س. متى يجب ان نطلب الدعم من اختصاصي في الصحة النفسية بعد حدث صادم (بالإنكليزية/العربية)
- ش. ما الذي يجب معرفته حول تدخلات الصحة النفسية بعد حدث صادم (بالإنكليزية/العربية)