



## ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΗΓΕΤΕΣ: ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΤΟΥ ΚΙΝΔΥΝΟΥ ΣΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΟΥ ΚΟΡΩΝΟΪΟΥ ΚΑΙ ΑΛΛΩΝ ΑΝΑΔΥΟΜΕΝΩΝ ΑΠΕΙΛΩΝ ΓΙΑ ΤΗ ΔΗΜΟΣΙΑ ΥΓΕΙΑ

Οι αναδυόμενες απειλές για την δημόσια υγεία, όπως ο Κορωνοϊός (COVID-19) ή άλλες εξάρσεις μεταδοτικών νόσων, δημιουργούν πολλούς ψυχολογικούς στρεσογόνους παράγοντες. Κάποιοι είναι γνωστοί και κατανοητοί, επιτρέποντας την προετοιμασία και την εκπαίδευση. Καθώς αυτά τα συμβάντα εξελίσσονται, νέοι μηχανισμοί τραύματος και βλάβης αυξάνουν τον φόβο

και την αβεβαιότητα και μπορούν να μειώσουν σημαντικά την ευεξία της κοινότητας.

Τα μέλη της κοινότητας μπορούν να προετοιμαστούν καλύτερα μέσω έγκαιρης, έγκυρης και επικαιροποιημένης πληροφόρησης σε θέματα δημόσιας υγείας, η οποία παρέχεται καλύτερα μέσω αποτελεσματικής, συνεχούς επικοινωνίας του κινδύνου. Η επικοινωνία του κινδύνου είναι ένα ύψιστης σημασίας εργαλείο για την βελτιστοποίηση της ψυχολογικής και συμπεριφορικής ανταπόκρισης ενός οργανισμού ή

Τα μέλη μιας κοινότητας μπορεί να είναι καλλίτερα προετοιμασμένα μέσω μια έγκαιρης, ακριβούς και ενημερωμένης πληροφόρησης που αφορά τη δημόσια υγεία, και η οποία δίδεται με τη χρήση αποτελεσματικής επικοινωνίας του τρέχοντος κινδύνου

μιας κοινότητας. Για τους ηγέτες της φροντίδας υγείας και της κοινότητας, η επικοινωνία του κινδύνου περιλαμβάνει τη μεταφορά πληροφοριών αναφορικά με τους κινδύνους, τη σπουδαιότητα και τη σημασία αυτών των κινδύνων, όπως επίσης και αποφάσεις, δράσεις ή πολιτικές που στοχεύουν στην διαχείριση των

κινδύνων. Η αποτελεσματική επικοινωνία του κινδύνου οικοδομεί εμπιστοσύνη και συνεργασία, μειώνει το στρες, και επιτρέπει στα μέλη της κοινότητας να επικεντρωθούν καλύτερα στο να επιτελέσουν τον ρόλο τους στο σπίτι και την εργασία. Οι ηγέτες μπορούν να βελτιώσουν την ικανότητα των μελών της κοινότητας να διαχειρίζονται τους πρωτοφανείς ψυχολογικούς στρεσογόνους παράγοντες των αναδυόμενων απειλών της δημόσιας υγείας, μέσω των ακόλουθων:

- Να χρησιμοποιούν αποτελεσματικές αρχές της επικοινωνίας του κινδύνου, συμπεριλαμβανομένης της παροχής ενημέρωσης σε συστηματική και έγκαιρη βάση, να κοινοποιούν όσα είναι γνωστά για την απειλή,

να αποφεύγουν τις εικασίες, να είναι πάντα ειλικρινείς, να αποφεύγουν υποσχέσεις που δεν μπορούν να τηρηθούν, να παρέχουν επικαιροποιημένες πληροφορίες όταν είναι

διαθέσιμες και να έχουν υπόψη τους την ανάγκη για επανάληψη των μηνυμάτων τους.

- Να παρέχουν αγωγή υγείας και πηγές που καθιστούν τα μέλη της κοινότητας ικανά να κάνουν βασικά βήματα προετοιμασίας στο σπίτι και στον εργασιακό χώρο για νέες και αναδυόμενες απειλές. Αυτό θα ενισχύσει την αποτελεσματικότητα των ατόμων και της κοινότητας και θα περιορίσει τους φόβους τους.
- Να ενθαρρύνουν τις οικογένειες και τα μέλη της κοινότητας να δουλέψουν μαζί στον σχεδιασμό και την προετοιμασία, προκειμένου να κατανοήσουν τους κινδύνους και να μοιραστούν έγκυρη πληροφόρηση που καθησυχάζει και μειώνει την αβεβαιότητα.
- Να παρέχουν έναν μηχανισμό μέσω του οποίου οι άνθρωποι να μοιράζονται τις ανησυχίες τους για τις νέες και αναδυόμενες απειλές και να απαντούν στα ερωτήματα τους. Η χρήση μιας δωρεάν τηλεφωνικής γραμμής και διαδικτυακών πηγών, τα οποία πρέπει να κοινοποιούνται ευρέως και κατ' επανάληψη, είναι δυνατό να μειώσει την δυσφορία και να εμψυχώσει τα

μέλη της κοινότητας ώστε να επιδεικνύουν συμπεριφορές αυτοφροντίδας.

- Να παρέχουν εκπαίδευση στην επικοινωνία του κινδύνου ως μέρος της εκπαίδευσης της ηγεσίας σε όλα τα επίπεδα. Να εφοδιάσουν τους ηγέτες της κοινότητας με εργαλεία και πληροφορίες αναφορικά με την τρέχουσα κατάσταση των αναδυόμενων απειλών της δημόσιας υγείας και πόρους για την υποστήριξη αποτελεσματικής επικοινωνίας.
- Να εκπαιδεύσουν τα μέλη των οικογενειών πάνω στις πιθανές δυσμενείς επιπτώσεις της συνεχούς ή τρέχουσας έκθεσης στην δημοσιογραφική κάλυψη της εμφανιζόμενης απειλής, η οποία αυξάνει το stress, ειδικά στα παιδιά.
- Να αναμένουν ότι η δυσφορία απέναντι σε νέες απειλές αποτελεί μια ιδιαίτερη πρόκληση για άτομα τα οποία δεν έχουν ξαναβιώσει κάτι αντίστοιχο. Στοχευμένα μηνύματα και εκπαίδευση μπορούν να ενισχύσουν την ευεξία αυτών των ατόμων.

#### Υπεύθυνος μετάφρασης

Κων/νος Ν Φουντουλάκης

Καθηγητής Ψυχιατρικής ΑΠΘ, Πρόεδρος Τομέα Ψυχικής Υγείας ΕΕΙ ΠΙΣ

#### Συνεργάστηκαν (με αλφαβητική σειρά):

Γκούση Όλγα

Γούσιου Δήμητρα

Ζαρρή Δέσποινα

Κατσάρα Αικατερίνη Ραφαέλα

Κυριαζάκου Γεωργία

Κυριλλίδου Δέσποινα

Λεοντάρη Βιργινία

Μπλέκας Απόστολος

Παδουβά-Μαρκουλάκη Μαρίνα

Σαχαρίδη Παναγιώτα

Σμιτσή Αικατερίνη

Τοπαλίδου Αικατερίνη

Τουλγερίδου Ευανθία

Τριανταφύλλου Θεόδωρος

Τσαγκαλίδου Ελένη

Τσαουσίδου Σοφία

Τσιναρίδης Γεράσιμος

Τώνια Αικατερίνη

Φλώρου Αγγελική

Φραγκίδης Βασίλειος

Χέλμη Μαρία-Ελένη