

## خطة الاستغاثة (المشاركون)

### أجوبة مقترحة

|                   |                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| محنة              | ما هي أعراض الضيق؟                                       | <ul style="list-style-type: none"><li>• بكاء</li><li>• ارتعاش</li><li>• قول إنهم لا يستطيعون الاستمرار</li><li>• تغييرات في الصوت</li><li>• صمت</li></ul>                                                                                                                                                               |
| مستوى الاستجابة 1 | ماذا يجب ان تفعل في الوقت الراهن؟                        | <ul style="list-style-type: none"><li>• أوقف المقابلة مؤقتًا للسماح للمشارك باستعادة السيطرة</li><li>• قم بالسؤال: كيف تشعر؟ هل تريد التوقف؟ هل يمكنك الاستمرار؟</li><li>• قم بالتعبير عن دعمك لهم وتفهمك لمشاعرهم</li></ul>                                                                                            |
| مستوى الاستجابة 2 | ماذا لو كان الشخص متوترًا جدًا بحيث لا يمكنه الاستمرار؟  | <ul style="list-style-type: none"><li>• أوقف المقابلة</li><li>• امنح الشخص الوقت لإدارة عواطفه</li><li>• اصطحب الشخص إلى مكان آمن</li><li>• اقترح على الشخص التحدث مع أخصائي الصحة العقلية أو اطلب الموافقة على ربطه بأخصائي الصحة العقلية</li><li>• قم بتوصيلهم بشخص موثوق به من مجتمعهم حتى لا يكونوا وحدهم</li></ul> |
| مستوى الاستجابة 3 | ما هو الدعم الذي يمكن تقديمه بعد المقابلة إذا لزم الأمر؟ | <ul style="list-style-type: none"><li>• بعد اخذ موافقة المشارك، قم بمتابعته من خلال مكالمة دعم أو زيارة</li><li>• شجع المشارك على الاتصال بك</li></ul>                                                                                                                                                                  |