

19 marca 2020



Infolinia wsparcia psychologicznego

800-100-102: Wojska Obrony Terytorialnej uruchamiają punkt darmowej, bezpłatnej, całodobowej infolinii wsparcia psychologicznego.

Od wczoraj, 18 marca 2020 r. działa nowa całodobowa, bezpłatna, ogólnopolska infolinia dla osób samotnych, starszych, źle znoszących izolację, czy odczuwających stan wzmożonego zagrożenia związanego z epidemią koronawirusa.

Pod bezpłatnym numerem telefonu **800 100 102**, wszystkie osoby, które potrzebują wsparcia psychologicznego mogą uzyskać profesjonalną pomoc doświadczonych psychologów. Pomoc psychologiczna jest też dostępna w formie wideo czatu przez **SKYPE** pod nazwą: „**Wsparcie Psychologiczne WOT**”.

Utworzenie infolinii to wniosek z doświadczeń innych państw dotkniętych epidemią koronawirusa oraz odpowiedź na rosnące zapotrzebowanie społeczne w tym zakresie. Utworzenie infolinii wpisuje się też w misję Wojsk Obrony Terytorialnej i zabezpieczenie społeczności lokalnych poprzez rozwijanie tzw. „personal resilience” – definiującego między innymi zdolność indywidualną człowieka do funkcjonowania pod silną presją i obciążeniem. W tym obszarze od pierwszych dni zaangażowania WOT w ograniczanie rozprzestrzeniania się koronawirusa formacja rozwija świadomość i edukuje personel własny oraz społeczeństwo. Wczoraj WOT uruchomiły wsparcie psychologiczne dla osób znajdujących się w kryzysie związanym z kwarantanną lub leczeniem.

Infolinię wsparcia psychologicznego obsługują profesjonalni psychologowie – żołnierze OT oraz pracownicy wojska.

Wprost proporcjonalnie do rosnącej liczby osób poddanych izolacji, nadzorowi epidemiologicznemu oraz kwarantannie rośnie potrzeba wsparcia psychologicznego zarówno tych osób jak i ich bliskich. Dezorganizacja stabilnego życia rodzinnego i zawodowego, czyli gwałtowne zmiany wywołują lęk. Również niepewność dotycząca zdrowia własnego, rodziny jak i sytuacji społecznej prowadzą do eskalacji niepokoju.

Kluczowe w tej sytuacji jest wsparcie zarówno osób bliskich jak i wykwalifikowanych terapeutów. Z tej przyczyny stworzona została infolinia wsparcia psychologicznego dla wszystkich osób, które takiej pomocy potrzebują.