

מודל מעש"ה - עזרה ראשונה נפשית

פעיל ויעיל
ממוקד שכל



לא פעיל
ממוקד רגש

שייכות

יצירת מחויבות

חוסר
אונים

מסוגלות
ורצון
לפעולה

עידוד לפעילות

בדידות

צמצום
התרגשות
ותקשורת
יעילה

שאלות מחויבות חשיבה

הצפה
רגשית

הבנה
שהאירוע
המאיים
הסתיים

הבניית רציפות

בלבול

מקד תקשורת -

- א. הצטרף למצב הנפגע (ישיבה, עמידה, הליכה)
- ב. הזדהה, אמור מה שמך ושאל מה שמו
- ג. אמור לו שאתה נמצא איתו ואינך הולך לשום מקום

עידוד לפעילות

- א. במידה והנפגע מגיב עודד אותו לפעילות יעילה
- ב. במידה והנפגע אינו מגיב - בצע לחיצות ידיים בקצב קבוע. בקש ממנו ללחוץ חזרה את ידך. לאחר שילחץ את ידך, סייע לו לקום ובהדרגה להתחיל ללכת. בהמשך, עודד לפעילות יעילה.
- ג. במידה והנפגע סוער (הולך או רץ), לך אחריו ותן לו כיוון ומשימה פשוטה לביצוע.
- ד. אפשר לו לבחור מבין 2-3 אפשרויות פשוטות.

שאלות מחויבות חשיבה

- א. שאל שאלות פשוטות וסגורות: "בן כמה אתה?", "כמה זמן אתה נמצא כאן"
- ב. שאלות בחירה: "אתה יכול עשוי להתקשר או קודם לדבר עם המורה, מה תעדיף?"
- ג. שאלות אודות האירוע: "כמה ילדים היו ברכב בזמן התאונה?" "מה השמות שלהם?"

הבניית רצף האירוע

- א. הסבר את האירוע על פי רצף זמנים עובדתי: מה קרה, מה קורה עכשיו ומה צפוי להתרחש בדקות הקרובות.
- ב. הדגש כי האירוע המאיים הסתיים ואינו קיים עוד.