



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Εθνικόν και Καποδιστριακόν
Πανεπιστήμιον Αθηνών
— ΙΔΡΥΘΕΝ ΤΟ 1837 —



ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΠΟΥΔΩΝ
«ΔΙΕΘΝΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗ - ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΚΡΙΣΕΩΝ ΥΓΕΙΑΣ»
ΕΘΝΙΚΟ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ
ΙΑΤΡΙΚΗ ΣΧΟΛΗ

ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

ΘΕΜΑ: **Η ΑΝΑΓΚΑΙΟΤΗΤΑ ΤΗΣ ΑΠΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ «DEBRIEFING» ΜΕΤΑ ΑΠΟ
ΤΗ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΚΡΙΣΙΜΩΝ ΣΥΜΒΑΝΤΩΝ ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΗΣ**

ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΗ ΦΟΙΤΗΤΡΙΑ: ΧΡΥΣΑ ΠΑΠΑΠΑΝΟΥ

ΑΘΗΝΑ
ΙΟΥΝΙΟΣ 2021



POSTGRADUATE STUDY PROGRAM
INTERNATIONAL MEDICAL - HEALTH CRISIS MANAGEMENT
ATHENS NATIONAL AND KAPODISTRIAKO UNIVERSITY
MEDICAL SCHOOL

MASTER'S THESIS TOPIC

Subject: ***THE NECESSITY OF THE “DEBRIEFING” AFTER DISASTER INCIDENTS***

POSTGRADUATE STUDENT: CHRYSsa PAPAPANOU

ATHENS
JUNE OF 2021

Περίληψη

Σκοπός της παρούσας βιβλιογραφικής ανασκόπησης ήταν να εμβαθύνει αλλά και να αναλύσει τη διαδικασία της τεχνικής της απενημέρωσης - «Debriefing». Εξετάστηκε επίσης κατά πόσο αναγκαία είναι, καθώς και αν τελικά θα πρέπει να αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι στην ολοκληρωμένη διαχείριση μιας καταστροφής. Αρχικά παρατέθηκαν ιστορικά στοιχεία χρήσιμα τόσο για την κατανόηση της διαδικασίας του «Debriefing» όσο και για την εξέλιξη της τεχνικής κατά το πέρασ των ετών. Ακολούθως αναλύθηκε εις βάθος η καθ' αυτού μέθοδος αναφέροντας τα στάδια της και εξετάστηκε κατά πόσο επηρεάζεται από την διαπολιτισμική κουλτούρα.

Στη συνέχεια παρατέθηκαν στατιστικά στοιχεία για τη διαδικασία του «Debriefing» που προέκυψαν μετά από έρευνα μέσω δομημένου ερωτηματολογίου δίνοντας μια εικόνα όσον αφορά την Ελληνική προσέγγιση και νοοτροπία ως προς τη μέθοδο του «Debriefing».

Η επεξεργασία της συλλογής όλων των δεδομένων οδήγησε στο συμπέρασμα ότι αν και η απενημέρωση θεωρείται παγκοσμίως αναγκαία ως προς την ολοκληρωμένη διαχείριση ενός κρίσιμου συμβάντος παρόλα αυτά στην Ελλάδα αν και συντελείται στα σώματα ασφαλείας και όχι απαραίτητα σε τακτική βάση, δεν έχει το απαραίτητο υπόβαθρο ως προς τον ψυχολογικό τομέα καθώς συνήθως δεν συντελείται με την συνδρομή επαγγελματία ψυχικής υγείας.

Λέξεις – κλειδιά: Debriefing, debriefing strategies, crisis management, experiential learning, psychological debriefing

Abstract

The purpose of this literature review was to deepen and analyze the process of the technique of "Debriefing". It was also considered whether it is necessary, and whether it should be an integral part of the disaster management. Initially, historical data were presented that are useful both for understanding the "Debriefing" process as also presenting the evolution of the technique over the years. The method itself was then analyzed in depth presenting the necessary teaching stages. It was also examined in which level the "debriefing" process is depending from the cultural influence.

Then statistics were provided for the "Debriefing" process that emerged after a survey through a structured questionnaire giving an overview of the Greek approach to the "Debriefing" method.

The processing of all data collected led to the conclusion that although the «Debriefing» is globally considered as a necessary process for the integrated management of a critical event, in Greece it is usually been conducted not at a regular base and usually at the security forces but without the presence of a mental health professional.

Keywords: Debriefing, debriefing strategies, crisis management, experiential learning, psychological debriefing.

ΠΡΑΚΤΙΚΟ ΚΡΙΣΕΩΣ

ΤΗΣ ΣΥΝΕΔΡΙΑΣΗΣ ΤΗΣ ΤΡΙΜΕΛΟΥΣ ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΗΣ ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Τ... Μεταπτυχιακ..... Φοιτητ..

Εξεταστική Επιτροπή

- , Επιβλέπων
- , Μέλος
- , Μέλος

Η Τριμελής Εξεταστική Επιτροπή η οποία ορίσθηκε από την ΓΣΕΣ της Ιατρικής Σχολής του Παν. Αθηνών Συνεδρίαση τηςης 20... για την αξιολόγηση και εξέταση τ... υποψηφίου κ..... , συνεδρίασε σήμερα .../.../....

Η Επιτροπή διαπίστωσε ότι η Διπλωματική Εργασία τ. Κ.με
τίτλο

.....
.....
.....

είναι πρωτότυπη, επιστημονικά και τεχνικά άρτια και η βιβλιογραφική πληροφορία ολοκληρωμένη και εμπειριστατωμένη.

Η εξεταστική επιτροπή αφού έλαβε υπ' όψιν το περιεχόμενο της εργασίας και τη συμβολή της στην επιστήμη, με ψήφους προτείνει την απονομή στον παραπάνω Μεταπτυχιακό Φοιτητή την απονομή του Μεταπτυχιακού Διπλώματος Ειδίκευσης (Master's).

Στην ψηφοφορία για την βαθμολογία ο υποψήφιος έλαβε για τον βαθμό «ΑΡΙΣΤΑ» ψήφους, για τον βαθμό «ΛΙΑΝ ΚΑΛΩΣ» ψήφους, και για τον βαθμό «ΚΑΛΩΣ» ψήφους Κατά συνέπεια, απονέμεται ο βαθμός «(Αριστα/Λίαν Καλώς/Καλώς)& (Βαθμός)..... ».

Τα Μέλη της Εξεταστικής Επιτροπής

....., Επιβλέπων (Υπογραφή).....

....., Μέλος (Υπογραφή).....

....., Μέλος (Υπογραφή).....

Αφιερώσεις

Η παρούσα μεταπτυχιακή εργασία αφιερώνεται πρωταρχικά στα παιδιά μου τα οποία αποτελούν πηγή έμπνευσης και δημιουργικότητας.

Κατά δεύτερον, αφιερώνεται σε όλους τους πρώτους ανταποκριτές της χώρας μας οι οποίοι συχνά καλούνται να διαχειριστούν κρίσιμα συμβάντα με κόστος την επιφόρτιση της ψυχικής τους υγείας χωρίς όμως να υπάρχει εκείνη η τακτική και οργανωμένη διαδικασία της απενημέρωσης που θα φροντίσει τόσο για την ψυχολογική τους αποφόρτιση, όσο και για την ενίσχυση της αποτελεσματικότητας τους.

Τέλος θα επιθυμούσα να εκφράσω τις ευχαριστίες μου σε όλους τους καθηγητές μου, του μεταπτυχιακού προγράμματος "Παγκόσμια Υγεία – Ιατρική Καταστροφών" της Ιατρικής Σχολής ΕΚΠΑ για τις πολύτιμες γνώσεις που μου προσέφεραν.

ΕΠΕΞΗΓΗΣΕΙΣ – ΣΥΝΤΟΜΟΓΡΑΦΙΕΣ

Debriefing: Ο ξενικός και επικρατέστερος παγκοσμίως όρος της λέξης Απενημέρωση.

PDI: Power Distance Index - Δείκτης Απόστασης Ισχύος.

Ε.Κ.Α.Β: Εθνικό Κέντρο Άμεσης Βοήθειας.

SPSS: Superior Performance Software System. Πρόγραμμα στατιστικής ανάλυσης δεδομένων.

CRM: Crew Resource Management.

LOFT: Large Observatory for X-Ray Timing. Ειδικό πρόγραμμα της αεροναυπηγικής των Ηνωμένων Πολιτειών Αμερικής.

NASA: National Aeronautics and Space Administration.

CISD: Critical Incident Stress Debriefing.

PTSD: Post Traumatic Stress Disorder.

Περιεχόμενα

Περίληψη.....	3
Abstract.....	4
Επεξηγήσεις – Συνομογραφίες.....	8
Εισαγωγή.....	10
Μεθοδολογία.....	11

Μέρος πρώτο

Κεφάλαιο 1°	12
Κεφάλαιο 2°	15
Κεφάλαιο 3°	17
Κεφάλαιο 4°	19
Κεφάλαιο 5°	21
Κεφάλαιο 6°	22
Κεφάλαιο 7°	24
Συμπεράσματα.....	25

Μέρος δεύτερο

2.1 Εισαγωγή.....	26
2.2 Μέθοδος.....	27
2.2.1 Διαδικασία και δείγμα.....	27
2.2.2 Ανάλυση δημογραφικών στοιχείων.....	27
2.2.3 Ανάλυση των δεδομένων ως προς την εμπειρία των ερωτηθέντων.....	28
2.2.4 Ανάλυση των δεδομένων ως προς τη διαδικασία του Debriefing.....	28
2.2.5 Ανάλυση των δεδομένων σε σχέση με τον ψυχολογικό παράγοντα.....	29
2.3 Αποτελέσματα έρευνας – Συμπεράσματα.....	31
Συζήτηση.....	33
Παράρτημα πινάκων.....	35
Βιβλιογραφία.....	45

Εισαγωγή

Η διαδικασία της απενημέρωσης, στην ελληνική γλώσσα ή του «Debriefing» ως ξενικού όρου που έχει καθιερωθεί παγκοσμίως, ακολουθεί μετά από την εφαρμογή μιας σειράς ενεργειών στο πεδίο, μέσα σε ένα εύλογο χρονικό διάστημα με το πέρας μιας επιχείρησης ή μιας συγκεκριμένης αποστολής. Θεωρείται ένα σημαντικό κομμάτι της διαδικασίας της μάθησης. Συνήθως αποτελεί μια αναλυτική διαδικασία παρουσίασης των γεγονότων που συνέβησαν, καθώς και των πρακτικών που ακολουθήθηκαν προκειμένου να αντιμετωπιστεί η κρίση. Το «Debriefing» μπορεί να εφαρμοστεί σε πολλούς τομείς όπως για παράδειγμα στο προσωπικό μιας επιχείρησης, στον τομέα της υγείας εντός μια νοσοκομειακής μονάδας, ενώ αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι της τακτικής των μονάδων του στρατού στο εξωτερικό ακόμα και των σωμάτων ασφαλείας.

Στην παρούσα εργασία θα ασχοληθούμε αποκλειστικά με την τεχνική του «Debriefing» μετά από τη διαχείριση στο πεδίο, ενός κρίσιμου συμβάντος καταστροφής αφού ο σκοπός είναι να διερευνηθεί κατά πόσο εφαρμόζεται τόσο στα κράτη του εξωτερικού όσο και στην Ελλάδα καθώς επίσης και κατά πόσο αναγκαία θεωρείται η διεξαγωγή της.

Οι περισσότερες έρευνες καθώς και το πλήθος των βιβλιογραφικών δεδομένων που εξετάστηκαν, αναλύουν το μεθοδολογικό κομμάτι της διεξαγωγής της μεθόδου της απενημέρωσης. Επιπλέον δεν παραλείπουν να παραθέσουν τον αντίκτυπο της μεθόδου όχι μόνο ως προς την βέλτιστη και ολοκληρωμένη διαχείριση μιας κρίσης αλλά και ως προς τη συμβολή της απενημέρωσης στον ψυχισμό των ατόμων που έλαβαν ενεργό δράση στην αντιμετώπιση της κρίσης στο πεδίο, ως μέσον ψυχολογικής αποφόρτισης τους. Στα κράτη του εξωτερικού διαφαίνεται ότι δίνεται τεράστια βαρύτητα στην τεχνική του «Debriefing» καθώς θεωρείται ότι αποτελεί τον θεμέλιο λίθο για τον αρτιότερο σχεδιασμό αλλά και της αποτελεσματικής αντιμετώπισης ενός ενδεχόμενου κρίσιμου συμβάντος.

Μεθοδολογία

Η παρούσα έρευνα είναι δομημένη κατά τέτοιο τρόπο ώστε να διερευνήσει πολύπλευρα τη διαδικασία του «Debriefing» και ως εκ τούτου είναι χωρισμένη σε δύο μεγάλα μέρη. Στο πρώτο μέρος, μέσω της βιβλιογραφικής ανασκόπησης, παρατίθενται όλα τα δυνατά στοιχεία που βρέθηκαν για την τεχνική της απενημέρωσης σε ένα εύρος όχι μεγαλύτερο των τελευταίων 30 ετών, ενώ δίνονται απαντήσεις στα ακόλουθα ερωτήματα:

- Τι είναι το «Debriefing» και ποια τα θεμέλια της επιτυχίας του;
- Ποια είναι η πορεία αλλά και η εξέλιξη του στη διάρκεια των ετών;
- Σε ποιο βαθμό η διαδικασία του «Debriefing» μπορεί να επηρεαστεί από τις διαφορετικές κουλτούρες χωρών και ποιος είναι ο ρόλος του λεγόμενου Δείκτη Απόστασης Ισχύος;
- Ποιο είναι το πλέον διαδεδομένο μοντέλο απενημέρωσης μετά από τη διαχείριση μιας καταστροφής;
- Ποια είναι εκείνη η χρονική περίοδος όπου θεωρείται σωστή για να λάβει μέρος η διαδικασία της απενημέρωσης;
- Ποια η συμβολή του «Debriefing» στην ψυχολογική διαχείριση των εργαζομένων στον τομέα της αντιμετώπισης των καταστροφών;
- Η διαδικασία της απενημέρωσης τελικά συμβάλλει θετικά στην ενίσχυση της απόδοσης των εργαζομένων στους τομείς της αντιμετώπισης των καταστροφών;

Η βιβλιογραφική ανασκόπηση πραγματοποιήθηκε μέσω διερεύνησης των μεγάλων βάσεων δεδομένων όπως Google Scholar, Elsevier, Pub Med, Cite Seer X. Προτιμήθηκε βιβλιογραφικό υλικό που αφορούσε μόνο σώματα ασφαλείας, στρατό, πυροσβεστικό σώμα καθώς και γενικότερα πρώτους ανταποκριτές στην αντιμετώπιση ενός κρίσιμου συμβάντος, ενώ αποκλείστηκε υλικό που αφορούσε την απενημέρωση ως διαδικασία στους υπόλοιπους επαγγελματικούς τομείς όπως για παράδειγμα ως λειτουργική μέθοδος του προσωπικού μιας εταιρείας.

Στο δεύτερο μέρος παρατίθενται τα αποτελέσματα της έρευνας που διεξήχθη μέσω δομημένου ερωτηματολογίου καθώς διερευνήθηκε αν στην Ελλάδα εφαρμόζεται η μέθοδος του «Debriefing». Καταγράφηκαν 79 απαντήσεις συμμετεχόντων από διαφορετικά μέρη της επικράτειας. Ο πληθυσμός – στόχος της έρευνας ήταν οι εργαζόμενοι στα τμήματα του στρατού ξηράς, του πολεμικού ναυτικού, της αεροπορίας, του πυροσβεστικού σώματος, της αστυνομίας, του Ε.Κ.Α.Β, υγειονομικοί υπάλληλοι νοσηλευτικών ιδρυμάτων, υπάλληλοι της εξωτερικής φρουράς σωφρονιστικών ιδρυμάτων, καθώς και εθελοντές διασώστες. Η χρονική διάρκεια συλλογής των απαντήσεων του ερωτηματολογίου ανήλθε στους 2 μήνες και ακολούθως έγινε η στατιστική επεξεργασία των αποτελεσμάτων μέσω του προγράμματος της στατιστικής ανάλυσης δεδομένων SPSS.

Πρώτο μέρος

Κεφάλαιο 1^ο

Το «Debriefing» σύμφωνα με την Gardner.R, M [1] αποτελεί «έναν κρίκο στη διαδικασία της μάθησης» καθώς και μια αναλυτική διαδικασία μετά από την εμπειρία. Αποτελεί στην ουσία μια διεξοδική και δομημένη συζήτηση η οποία λαμβάνει μέρος μετά από μια εμπειρία, ένα συμβάν ή μετά από την ολοκλήρωση μιας αποστολής. Στη διάρκεια της διαδικασίας γίνεται επί της ουσίας μια ανατροφοδότηση [2], ένας απολογισμός καθώς αναφέρονται και αξιολογούνται οι πρακτικές εκείνες που χρησιμοποιήθηκαν για την αντιμετώπιση της κρίσης κατά τη διάρκεια ενός συμβάντος. Προσδιορίζονται οι γενικότερες συνθήκες που επικρατούσαν τη δεδομένη χρονική στιγμή, αλλά και αναλύεται εις βάθος ειδικότερα αν συντελέστηκαν όλες οι απαιτούμενες διαδικασίες για την επίλυση της κρίσης. Επιπλέον εξετάζεται αν έγιναν λανθασμένοι χειρισμοί καθώς και τι ακριβώς θα μπορούσε να γίνει εναλλακτικά την δεδομένη χρονική στιγμή.

Οι συμμετέχοντες κατά τη διάρκεια του «Debriefing» έχουν τη δυνατότητα να εκθέσουν τις απόψεις και τις εμπειρίες τους όσον αφορά το συγκεκριμένο γεγονός, παραθέτοντας όλα τα γεγονότα που συνέβησαν στα πλαίσια του συγκεκριμένου συμβάντος καθώς και τις πρακτικές που ακολούθησαν. Γίνεται εν τέλει μια επικοινωνιακή συζήτηση όπου δίνεται η ευκαιρία να αναλυθεί ποια πρακτική επέτυχε τον σκοπό της και ποια απέτυχε, καθώς παράλληλα παρατίθενται λύσεις και προτάσεις που θα βοηθούσαν μελλοντικά την αποτελεσματικότερη αντιμετώπιση μιας παρόμοιας εμπειρίας ή ενός παρόμοιου συμβάντος.

Στην ύλη εκπαίδευσης του κολεγίου College of Policing [3], το οποίο εδρεύει στο Ηνωμένο Βασίλειο και το οποίο επίσης αποτελεί κρατικό φορέα παροχής εκπαίδευσης και προετοιμασίας υποψηφίων της αστυνομικής υπηρεσίας του Ηνωμένου Βασιλείου, η διαδικασία της απενημέρωσης αποτελεί ένα πολύ χρήσιμο και απαραίτητο εργαλείο ιδιαίτερα στον τομέα της διαχείρισης ενός κρίσιμου συμβάντος. Αξίζει να σημειωθεί ότι συμφώνως των πρωτοκόλλων, κατά τη διάρκεια της κρίσης οι διοικητές των περιοχών της χρυσής, της αργυρής και της χάλκινης θα πρέπει εκ προοιμίου να έχουν καθορίσει τον υπεύθυνο που θα συντάξει όλα εκείνα τα απαραίτητα έγγραφα της προετοιμασίας της απενημέρωσης η οποία θα ακολουθήσει με το πέρας του συμβάντος.

Συμφώνως του οδηγού “Debriefing facilitation Guide” [4], για την οργάνωση και την επικοινωνιακή διεξαγωγή ενός «Debriefing» είναι αναγκαία σε πρώτο χρόνο η συγκέντρωση όλων εκείνων των στοιχείων και των δεδομένων ενός ατυχήματος ή ενός συμβάντος γενικότερα. Στη συνέχεια θα πρέπει να σχεδιαστεί ένα χρονοδιάγραμμα για την ροή των γεγονότων που εκτυλίχθηκαν στο πεδίο, ενώ είναι απαραίτητο η διαδικασία της ομαδικής συζήτησης να διεξάγεται με επικεφαλής έναν εξειδικευμένο και ουδέτερο υπεύθυνο απενημέρωσης, ο οποίος δεν συμμετείχε ενεργά στο πεδίο ως προς την

αντιμετώπιση της κρίσης. Είναι σημαντικό να δίνονται στον υπεύθυνο της διεξαγωγής του «Debriefing» λεπτομερώς από τους υπευθύνους διαχείρισης της κρίσης στο πεδίο, όλα εκείνα τα στοιχεία των πρακτικών που χρησιμοποιήθηκαν στο πεδίο τοποθετημένων σε, όσο το δυνατόν πλησιέστερο στην πραγματικότητα, χρονοδιάγραμμα προκειμένου ο απενημερωτής να κατανοήσει τη ροή των γεγονότων έτσι ώστε να μπορέσει να διεξάγει με όσο το δυνατόν αρτιότερο τρόπο την απενημέρωση.

Για την αποδοτική διαδικασία της απενημέρωσης είναι απαραίτητη η διαδραστικότητα [4] αλλά και η διαλογική επικοινωνία καθώς θα πρέπει να ακούγονται οι απόψεις των συμμετεχόντων ως προς την διαχείριση του κρίσιμου συμβάντος στο πεδίο αλλά και οι υποκειμενικές τους υποθέσεις για την ροή των γεγονότων. Τα άτομα που συμμετέχουν σε ένα «Debriefing» είναι αναγκαίο να νιώθουν άνετα για να μιλήσουν και να εκθέσουν τις απόψεις τους χωρίς των φόβο ότι μπορεί ενδεχομένως να κριθούν από κάποιον τρίτο για τις πράξεις τους στο πεδίο. Είναι απαραίτητο να νιώθουν «ασφαλείς» για να μοιραστούν την δική τους ιστορία και ως εκ τούτου ο υπεύθυνος απενημερωτής θα πρέπει να έχει την κατάλληλη εμπειρία ώστε να αντιλαμβάνεται τις οποιεσδήποτε ανησυχίες ή απορίες μπορεί να κρύβουν ενδόμυχα οι παρευρισκόμενοι.

Για τον λόγο αυτόν ο απενημερωτής είναι χρήσιμο να έχει μεγάλη εμπειρία στην τεχνική της ορθής διατύπωσης των ερωτήσεων. Ο στόχος δεν είναι να ζητηθούν εξηγήσεις από τους παρευρισκόμενους για την εφαρμογή συγκεκριμένων πρακτικών στο πεδίο αλλά περιγραφές. Η στάση ενός ατόμου που καλείται να εξηγήσει είναι συνήθως αμυντική καθώς νιώθει ότι πιθανότατα ίσως και να πρέπει να συγκαλύψει μια πράξη του στο πεδίο η οποία ενδεχομένως να μην ήταν αποδοτική. Αντιθέτως ζητώντας από το άτομο να περιγράψει τα γεγονότα, δίνει μια άλλη οπτική καθώς το άτομο δεν νιώθει ότι απολογείται για κάποια πράξη του, με αποτέλεσμα να νιώθει πιο ελεύθερα να εκφράσει την άποψη του.

Θα πρέπει επιπλέον να σημειωθεί ότι αν και υπάρχουν αρκετά μοντέλα διεξαγωγής «Debriefing», ωστόσο το αποδοτικότερο θεωρείται εκείνο που βασίζεται στα τέσσερα επίπεδα της εμπειρίας, της αναγνώρισης, της ανάλυσης αλλά και της γενίκευσης [5]. Στο πρώτο επίπεδο - της εμπειρίας- πρωταγωνιστούν κυρίως τα μέλη της ομάδας μιας απενημέρωσης καθώς εκφράζουν την εμπειρία τους τόσο για τη συγκεκριμένη χρονική στιγμή όσο και για το συγκεκριμένο γεγονός που κλήθηκαν να διαχειριστούν. Εκδηλώνουν τα συναισθήματα τους για το πόσο άνετα ή άβολα ένιωσαν στον συγκεκριμένο ρόλο ή καθήκον που τους είχε ανατεθεί, τις ανησυχίες τους ή την σωματική αλλά και ψυχική κόπωση που ενδεχομένως να βίωσαν. Στο δεύτερο επίπεδο -της αναγνώρισης- οι συμμετέχοντες καλούνται να προσδιορίσουν τι ακριβώς συνέβη και ποιο ήταν το γεγονός που κλήθηκαν να διαχειριστούν. Σε αυτό το στάδιο ακολουθούν οι περιγραφές των μελών της ομάδας για την αλληλουχία των γεγονότων. Στο τρίτο επίπεδο - της ανάλυσης- εκτίθενται όλες οι απόψεις των συμμετεχόντων για το ποιες μεταβλητές ήταν εκείνες που οδήγησαν στην θετική ή στην αρνητική τους εμπειρία καθώς και τους λόγους που συνέβη το

γεγονός αυτό κατά την προσωπική τους άποψη. Τέλος, στο τέταρτο επίπεδο - της γενίκευσης- οι συμμετέχοντες καλούνται να παραθέσουν τα προσωπικά τους συμπεράσματα για την εξέλιξη των γεγονότων καθώς και την εκτίμηση τους αναφορικά με τις αιτίες αλλά και τα αποτελέσματα της διαχείρισης του κρίσιμου συμβάντος.

Κεφάλαιο 2^ο

Ωστόσο, θεωρείται αναγκαία η ιστορική αναδρομή αλλά και η παράθεση στοιχείων της εξελικτικής πορείας της μεθόδου του «Debriefing» σε βάθος χρόνου, προκειμένου να κατανοήσουμε πλήρως όχι μόνο την τεχνική της αλλά και την τεράστια συμβολή της ως προς την ολοκληρωμένη διαχείριση κρίσιμων συμβάντων.

Οι ρίζες της απενημέρωσης βρίσκονται στο έτος 1940 και κατά τη διάρκεια του ΄Β παγκοσμίου πολέμου όπου ο Αμερικανός στρατηγός αλλά και ιστορικός, Samuel Lynn Atwood Marshall [1], ήταν απογοητευμένος με τον μέχρι τότε σύνηθες τρόπο διερεύνησης των γεγονότων που λάμβαναν μέρος σε μία μάχη. Αποφάσισε να διεξάγει συνεντεύξεις στα μέλη των στρατευμάτων αμέσως μόλις η μάχη είχε τερματίσει αναζητώντας λεπτομέρειες των γεγονότων όπως διαδραματίστηκαν χρονικά εντός της μάχης χωρίς όμως να ασχολείται καθόλου με τον ψυχισμό των στρατιωτών και κατά πόσο βίωναν ψυχολογικό στρες. Το αρνητικό στοιχείο αυτής της αρχικής προσέγγισης ήταν ο κριτικός της χαρακτήρας καθώς διερευνούσε αν οι πρακτικές που χρησιμοποίησαν οι στρατιώτες στο πεδίο ήταν αποτελεσματικές, ενώ στην αντίθετη περίπτωση καυτηρίαζε τις αναποτελεσματικές μεθόδους.

Στις αρχές της δεκαετίας του 1970 γίνεται μια καθολική μεταστροφή στη γενικότερη νοοτροπία που διεξάγονταν έως τότε οι απενημερώσεις, καθώς εγκαταλείπεται πλέον το κλίμα τιμωρίας που υπήρχε έως τότε, υιοθετώντας μια διάθεση συζήτησης των πρακτικών που χρησιμοποιούνταν σε μια μάχη. Γίνεται μια προσπάθεια ανάπτυξης της κριτικής σκέψης των στρατιωτών έτσι ώστε να προβληματιστούν οι ίδιοι για το τι μπορεί να έφταιξε για το κακό αποτέλεσμα στη μάχη.

Είναι αξιοσημείωτο ότι την μέθοδο του «Debriefing» στη συνέχεια ανέπτυξε ιδιαίτερα ο τομέας της αεροναυπηγικής [1]. Αφορμή στάθηκε μια αεροπορική τραγωδία τον Δεκέμβριο του 1972 και ειδικότερα η συντριβή της πτήσης 401 της Eastern Airlines στην περιοχή Everglades της Φλόριντας των Ηνωμένων Πολιτειών Αμερικής. Αυτό το ατύχημα αποτελεί την απαρχή μιας νέας εποχής για την απενημέρωση καθώς στην εκπαίδευση λαμβάνονται πλέον υπόψη διάφορες παράμετροι όπως ο ανθρώπινος παράγοντας, ο συντονισμός του πληρώματος, οι επικοινωνίες καθώς και η βέλτιστη διαχείριση πόρων. Ως εκπαιδευτικό εργαλείο εφαρμόζεται η τεχνική της προσομοίωσης την οποία ακολουθεί εκτενές «Debriefing» προκειμένου να εξεταστεί αν όλα εκτελούνται συμφώνως των πρωτοκόλλων ή εφόσον υπάρχει παρέκκλιση να εξεταστεί για ποιο λόγο συνέβη αυτό. Η διαδικασία αυτή ονομάζεται CRM.

Το έτος 1981 η εθνική διοίκηση αεροναυπηγικής και διαστήματος των Ηνωμένων Πολιτειών Αμερικής με το χαρακτηριστικό διακριτικό NASA, ανακοίνωσε σε συνέδριο την έναρξη των εκπαιδεύσεων, ονόματι LOFT [1], των ιπτάμενων πληρωμάτων με βασικό χαρακτηριστικό την ύπαρξη του «Debriefing» με τη μορφή συζήτησης και της κριτικής σκέψης. Για πρώτη φορά εισάγεται και η επιστήμη της ψυχολογίας τόσο μέσα στην εκπαιδευτική διαδικασία των πληρωμάτων, όσο και στην διεξαγωγή μιας ορθής

απενημέρωσης τους. Σημειώνεται πρωτοπορία καθώς προωθείται τόσο η ενεργή συμμετοχή των εκπαιδευομένων στην καθοδηγούμενη συζήτηση, όσο και η προσωπική διερεύνηση εκάστου.

Στα πλαίσια της περιόδου της δεκαετίας του 1980, καθιερώνεται και η έννοια *critical incident stress debriefing*, δηλαδή της ψυχολογικής αποφόρτισης μέσω του «*Debriefing*» μετά από ένα κρίσιμο και τραυματικό συμβάν [1]. Αποτελεί μια εξειδικευμένη μέθοδο απενημέρωσης η οποία χρησιμοποιείται για την αντιμετώπιση ιδιαίτερων θεμάτων όπως το στρες μετά από μια καταστροφή, μάχη ή ένα τραυματικό γεγονός. Εφαρμόζεται σε άτομα τα οποία εκτέθηκαν σε στρεσογόνους παράγοντες κατά τη διάρκεια μιας καταστροφής με αποτέλεσμα στη συνέχεια να παρουσιάσουν ψυχοσωματικές διαταραχές.

Κεφάλαιο 3^ο

Η μεθοδολογία καθώς και ο τρόπος διεξαγωγής του «Debriefing» έχει παρατηρηθεί ότι επηρεάζεται αρκετά από την κουλτούρα μιας χώρας [6]. Από την γενικότερη διερεύνηση μας θα λέγαμε ότι η υπάρχουσα βιβλιογραφία για τη διαδικασία του «Debriefing» προέρχεται κυρίως από τις χώρες της Βορείου Αμερικής καθώς και της Ευρώπης όπου υποδεικνύονται συγκεκριμένα πρωτόκολλα βασισμένα στον δυτικό κυρίως τρόπο ζωής. Παρόλα αυτά ανακαλύψαμε ότι στις Ασιατικές χώρες τα πρωτόκολλα της διαδικασίας βασίζονται περισσότερο στις τεχνικές της επίδειξης αλλά και της επανάληψης μιας δεξιότητας προκειμένου να αφομοιωθεί, ενώ δίνεται λιγότερη βαρύτητα στη συζήτηση ως τρόπο διαλεκτικής μάθησης.

Συμφώνως του μοντέλου ανάλυσης του Geert Hofstede [7] το οποίο βασίζεται στη σύγκριση των κοινωνιών και των κουλτουρών τους, η νοοτροπία ως προς την εκπαιδευτική διαδικασία διαφέρει από λαό σε λαό. Η θεωρία του χρησιμοποιεί τον όρο του Δείκτη Ισχύος - PDI ο οποίος καταδεικνύει τον βαθμό αποδοχής σχέσεων εξουσίας ή μη, μεταξύ των μελών μιας κοινωνίας. Σε χώρες με υψηλό Δείκτη Ισχύος, όπως της Λατινικής Αμερικής, οι σχέσεις ιεραρχίας θεωρούνται φυσιολογικές, ενώ σε χώρες με χαμηλό Δείκτη Ισχύος, όπως η Σουηδία και Ισραήλ, κάτι τέτοιο δεν γίνεται εύκολα αποδεκτό. Πρόκειται λοιπόν για ένα δείκτη σύμφωνα με τον οποίον αρκετές κοινωνίες θεωρούν την ιεραρχία αναγκαία ενώ παράλληλα έχουν αποδεχτεί την κοινωνική ανισότητα, με την Ελλάδα να βρίσκεται περίπου στη μέση της κλίμακας η οποία έχει διαβάθμιση από το νούμερο 1 έως το νούμερο 120.

Η κοινωνική θεωρία λοιπόν του Hofstede δεν μπορεί να αφήνει ανεπηρέαστη και την εκπαιδευτική διαδικασία της απεννημέρωσης καθώς διαφαίνεται ότι η νοοτροπία και η κουλτούρα μιας κοινωνίας επηρεάζουν και τον τρόπο διεξαγωγής της. Συμφώνως λοιπόν του μοντέλου του Hofstede, οι Chung.H et al [8] επισήμαναν την ύπαρξη πέντε κύριων σημείων στη διαδικασία του «Debriefing» όπου επηρεάζονται από τη διαφορετική κουλτούρα των λαών, τα οποία είναι ο χρόνος ομιλίας του εκπαιδευτή, ο χρόνος ομιλίας των μαθητών, τα μοτίβα της αλληλεπίδρασης, το στυλ αλλά και ο τρόπος της αλληλεπίδρασης και τέλος η πρωτοβουλία για όλες τις αλληλεπιδράσεις.

Βάσει λοιπόν των παραπάνω, παρατηρείται ότι όταν ο Δείκτης Απόστασης Εξουσίας είναι υψηλός σε μια κοινωνία, σε έναν λαό ή έθνος, οι απεννημερωτές πρωταγωνιστούν κατά τη διαδικασία λαμβάνοντας τον λόγο σε πολύ μεγαλύτερο ποσοστό σε σχέση με τους συμμετέχοντες ενώ οι δεύτεροι δεν αλληλοεπιδρούν σχεδόν καθόλου μεταξύ τους [6]. Επιπλέον οι απεννημερωτές εστιάζουν μόνο σε ζητήματα τεχνικής φύσεως χωρίς να συμπεριλαμβάνουν καμία άλλη παράμετρο όπως για παράδειγμα τον ψυχολογικό παράγοντα στη θεματολογία τους, ενώ γενικά οι συμμετέχοντες αποφεύγουν να μιλήσουν για την πιθανή αβεβαιότητα που ενδεχομένως να ένιωσαν για τον εαυτό τους στο πεδίο κατά τη διάρκεια μιας αποστολής.

Προκειμένου να στηριχθεί αυτή η απόλυτη συσχέτιση του τρόπου διεξαγωγής ενός «Debriefing» και της κουλτούρας μιας χώρας αρκεί να παραθέσουμε

χώρες με υψηλό αλλά και χαμηλό Δείκτη Ισχύος. Στην Δανία, η οποία είναι μια χώρα με χαμηλό PDI, η διαδικασία της απενημέρωσης διεξάγεται με έναν διαλογικό τρόπο καθώς οι συμμετέχοντες συνήθως συζητούν μεταξύ τους αλλά και με τον ανενημέρωτή, οπότε υφίσταται μεγάλος βαθμός αλληλεπίδρασης μεταξύ τους. Από την άλλη, στη Γουατεμάλα, η οποία είναι η χώρα με τον υψηλότερο PDI, οι συμμετέχοντες δεν έχουν ενεργό ρόλο καθώς ο απενημερωτής είναι εκείνος που θέτει τα ζητήματα της απενημέρωσης αλλά και καθορίζει τη μορφή της, η οποία μοιάζει περισσότερο με διάλεξη παρά με μια συζήτηση [6].

Αξίζει επίσης να σημειωθεί ότι στις χώρες της Νότιας Αφρικής συμφώνως του προγράμματος «Kwa Zulu Natal» που διεξάγεται για την στήριξη των επιζώντων από πράξεις βίας διενεργούνται συνήθως απενημερώσεις «Debriefing» με την μορφή συζητήσεων οι οποίες διεξάγονται συνήθως στο σπίτι του αρχηγού της κοινότητας. Οι ομάδες που λαμβάνουν μέρος στην διαδικασία είναι ολιγάριθμες και συνήθως συζητούνται τυχόν τραυματικές εμπειρίες που απασχόλησαν την κοινότητα κυρίως με αφηγηματική μορφή [9].

Κεφάλαιο 4^ο

Η διαδικασία του «Debriefing» μπορεί να εφαρμοστεί σε όλους τους επαγγελματικούς τομείς εφόσον θεωρείται ένα σημαντικό στάδιο της εκπαιδευτικής διαδικασίας προκειμένου να γίνεται η ολοκληρωμένη διαχείριση ενός αντικειμένου. Παρόλα αυτά στην παρούσα εργασία εξετάστηκε κατά πόσο εφαρμόζεται στους επαγγελματικούς τομείς που άπτονται στο αντικείμενο του ενδιαφέροντος μας, σε εκείνους δηλαδή που δραστηριοποιούνται στην αντιμετώπιση και στη διαχείριση ενός συμβάντος καταστροφής.

Το επικρατέστερο μοντέλο «Debriefing» που συνήθως ακολουθείται, είναι το Critical Incident Stress Debriefing – CISD με δημιουργό του τον Mitchell, J.T [10]. Αποτελεί μια εξειδικευμένη και ψυχο-εκπαιδευτική μορφή απενημέρωσης ως ένα εργαλείο παρέμβασης στο προσωπικό το οποίο έχει εκτεθεί σε τραυματικά γεγονότα όπως ακριβώς συμβαίνει μετά τη διαχείριση ενός καταστροφικού συμβάντος. Αποτελείται από επτά φάσεις στοχευμένης παρέμβασης η οποία διακρίνεται για τον υποστηρικτικό της χαρακτήρα στα μέλη που λαμβάνουν μέρος στις επιχειρήσεις αντιμετώπισης καταστροφών. Δεν αποτελεί ένα μέσον ψυχοθεραπείας ή υποκατάστατό της αλλά ο μοναδικός σκοπός είναι να υποστηρίξει τις ομάδες αντιμετώπισης καταστροφών που ενδέχεται να έχουν βιώσει μια τραυματική εμπειρία. Ο στόχος της διαδικασίας είναι να μειωθεί η ψυχολογική δυσφορία αλλά και να αποκατασταθεί η συνοχή των δεσμών της ομάδας που βίωσε ένα τραυματικό γεγονός στο πεδίο [10].

Ολόκληρο το concept κινείται γύρω από την δομημένη αφήγηση της τραυματικής εμπειρίας από τα μέλη της ομάδας και έχει τον χαρακτήρα της ομαδικής συζήτησης, ομαλοποιώντας τις οποιεσδήποτε αντιδράσεις ή δυσλειτουργίες [10]. Η ομάδα των απενημερωτών καθορίζεται συνήθως στον αριθμό δύο έως τεσσάρων ατόμων, ενώ απαρτίζεται από επαγγελματίες ψυχικής υγείας καθώς και από επαγγελματίες προερχόμενοι από τον ίδιο επαγγελματικό τομέα των συμμετεχόντων. Για παράδειγμα, εάν το CISD προορίζεται για τα μέλη μιας ομάδας της αστυνομίας που έλαβε μέρος σε ένα κρίσιμο συμβάν καταστροφής, τότε η ομάδα των υπεύθυνων της απενημέρωσης θα αποτελείται από τουλάχιστον έναν επαγγελματία ψυχολόγο καθώς και από επαγγελματίες αστυνομικούς εκπαιδευμένους στις μεθόδους διεξαγωγής του CISD και οι οποίοι δεν έλαβαν φυσικά μέρος στο συγκεκριμένο καταστροφικό συμβάν. Οι συνεδρίες είναι ολιγομελείς με όριο των 20 συμμετεχόντων, ενώ η συγκεκριμένη διαδικασία της απενημέρωσης συνήθως διεξάγεται από 24 έως και 72 ώρες μετά το κρίσιμο συμβάν.

Κατά την πρώτη φάση της διαδικασίας, παρουσιάζονται τα θέματα που θα συζητηθούν ενώ παρακινούνται τα μέλη να συμμετέχουν ενεργά σε εθελοντική όμως βάση. Κατά τη δεύτερη φάση οι απενημερωτές παρακινούν τους συμμετέχοντες να εκθέσουν όλα τα γεγονότα περιγραφικά και σύντομα χωρίς να αναζητούνται λεπτομέρειες. Η όλη διαδικασία συντελείται με συζήτηση αφού οι συμμετέχοντες νιώσουν άνετα να μοιραστούν την εμπειρία αλλά και την οπτική τους διάσταση για το συμβάν έτσι ώστε να εκθέσουν τα γεγονότα έτσι όπως τα βίωσε ο καθένας τους [10]. Κατά την τρίτη φάση οι συμμετέχοντες

παρακινούνται να εκδηλώσουν τις σκέψεις τους για τη δράση τους κατά τη διάρκεια του συμβάντος παρά να περιγράψουν επώδυνες λεπτομέρειες των γεγονότων που διαδραματίστηκαν στο πεδίο. Η επόμενη φάση χαρακτηρίζεται ως φάση αντίδρασης καθώς επικεντρώνεται στον συναισθηματικό αντίκτυπο που μπορεί να είχε το κρίσιμο συμβάν στον ψυχισμό των ατόμων. Ως εκ τούτου, οι συμμετέχοντες παρακινούνται να εκφράσουν όλα τα συναισθήματα τους που προέκυψαν από τα γεγονότα που βίωσαν στο πεδίο, όπως θλίψη, θυμός, απογοήτευση ή αίσθημα απώλειας [10]. Κατά την Πέμπτη φάση της διαδικασίας οι απειρημερωτές παρακινούν τα μέλη της ομάδας να εκφράσουν τυχόν συνέπειες – κοινωνικές ή συναισθηματικές- που έφερε η εμπλοκή τους στο δυσάρεστο συμβάν, στη μετέπειτα ζωή τους.

Στην επόμενη φάση οι εκπαιδευτές φροντίζουν να αμβλύνουν τα αρνητικά συναισθήματα που ενδέχεται να βιώνουν τα μέλη της ομάδας, δίνοντας απαντήσεις και εξηγήσεις για τις αντιδράσεις των συμμετεχόντων κατά τη διαχείριση της κρίσης, ενώ παράλληλα προσφέρονται συμβουλές διαχείρισης του στρες. Στην τελευταία και έβδομη φάση συνοψίζονται όλες οι παραπάνω φάσεις σε μία σαν ένας επίλογος ενώ ακολουθούν οι ερωτήσεις των συμμετεχόντων αλλά και οι κατευθυντήριες οδηγίες των εκπαιδευτών [10].

Κεφάλαιο 5^ο

Η διαδικασία της απενημέρωσης «Debriefing» όπως είδαμε διέπεται από συγκεκριμένες οργανωτικές αρχές και πρωτόκολλα έτσι ώστε να διασφαλιστεί η επιτυχία του. Δεν είναι δυνατόν να συντελεστεί οποιαδήποτε χρονική στιγμή καθώς δεν θα έχει κάποιο ουσιώδες νόημα αλλά και η αποτελεσματικότητα του θα είναι αμφίβολη. Οπότε προκειμένου να επιλεγθεί η σωστή χρονική στιγμή για να συντελεστεί είναι ορθότερο πρωτίστως να κατανοήσουμε από ποιες φάσεις χρονικά αποτελείται μια καταστροφή.

Να σημειώσουμε λοιπόν εν τάχει, ότι ο κύκλος της καταστροφής αποτελείται από τέσσερις φάσεις οι οποίες με αφετηρία το καταστροφικό γεγονός, ξεκινούν από τη πρώτη φάση, της Απόκρισης, κατά την οποία συντελούνται όλες εκείνες οι απαραίτητες ενέργειες σε όλα τα επίπεδα για την αντιμετώπιση του συμβάντος. Διάδοχος αποτελεί η δεύτερη φάση, εκείνη της Αποκατάστασης κατά την οποία εξελίσσονται όλες εκείνες οι ενέργειες προκειμένου της αποκατάστασης των ζημιών που προκλήθηκαν σε έμψυχο ή άψυχο υλικό κατά την διάρκεια της καταστροφής. Ακολουθεί η τρίτη φάση, του Μετριασμού ή της Άμβλυνσης, όπου συντελούνται όλες εκείνες οι απαραίτητες ενέργειες σε έμψυχο ή άψυχο υλικό, προκειμένου να ενδυναμωθεί η κοινότητα έτσι ώστε να μετριαστούν οι οποιεσδήποτε συνέπειες μιας πιθανής μελλοντικής καταστροφής. Τέλος, έρχεται η τέταρτη φάση της Προετοιμασίας κατά την οποία η κοινότητα προβαίνει σε συγκεκριμένες ενέργειες όπου θα την βοηθήσουν να προετοιμαστεί σε όλα τα επίπεδα για ένα ενδεχόμενο μελλοντικό καταστροφικό γεγονός.

Κατά την δεύτερη φάση λοιπόν του κύκλου της καταστροφής και πιο συγκεκριμένα κατά την φάση της αποκατάστασης [12], θα λέγαμε ότι είναι η ορθότερη χρονική στιγμή για να εξελιχθεί η διαδικασία της απενημέρωσης καθώς χρονικά δεν απέχει αρκετά από τη στιγμή που εκδηλώθηκε το καταστροφικό συμβάν, οπότε τα άτομα που δραστηριοποιήθηκαν στο πεδίο να είναι σε θέση να ανακαλέσουν στη μνήμη τους τα γεγονότα που εκτυλίχθηκαν. Συμπίπτει χρονικά με εκείνο το κρίσιμο σημείο όπου οι πρώτοι ανταποκριτές έχουν δράσει ήδη στο πεδίο, έχουν έρθει σε επαφή με δυσάρεστες εικόνες και γεγονότα για τα οποία έχουν την ανάγκη να μιλήσουν έτσι ώστε να υπάρξει η απαραίτητη ψυχολογική αποφόρτιση τους. Σε αυτή τη φάση είναι απαραίτητο να εξεταστούν όλες εκείνες οι πρακτικές που χρησιμοποιήθηκαν για τη διαχείριση της καταστροφής έτσι ώστε να χαρακτηριστούν ως επιτυχείς ή όχι, προκειμένου να χρησιμοποιηθούν ξανά σε μία παρόμοια μελλοντική απειλή. Τίθενται παράλληλα όλες εκείνες οι βάσεις και ο κατάλληλος σχεδιασμός των ενεργειών που θα μπορούσαν να ενεργοποιηθούν για την αντιμετώπιση μια ενδεχόμενης παρόμοιας καταστροφής στο μέλλον.

Κεφάλαιο 6^ο

Τι συμβαίνει όμως όσον αφορά τον ψυχολογικό αντίκτυπο που ενδέχεται να υποκρύπτεται στον ψυχισμό των ατόμων που δραστηριοποιούνται στη διαχείριση του καταστροφικού γεγονότος; Διαφαίνεται λοιπόν με βεβαιότητα, ότι η διαδικασία του «Debriefing» δεν είναι δυνατόν να αποτελέσει την θεματολογία μιας ψυχολογικής συνεδρίας αλλά χαρακτηρίζεται περισσότερο ως ένα μέσο ψυχολογικής αποφόρτισης των ατόμων – μελών μιας ομάδας αντιμετώπισης ενός κρίσιμου συμβάντος ή μιας καταστροφής [11].

Προτού διερευνήσουμε αν η διαδικασία της απενημέρωσης συμβάλει ενεργά στην αντιμετώπιση του συνδρόμου διαταραχής του μετατραυματικού στρες (PTSD), θα ήταν δόκιμο να εξετάσουμε εν τάχει, τι ακριβώς συμβαίνει στον ψυχισμό των ατόμων που λαμβάνουν ενεργά μέρος στην αντιμετώπιση μιας καταστροφής και όπου δραστηριοποιούνται στο πεδίο. Συμφώνως του American Psychiatric Association [13] τα άτομα που έχουν βιώσει ένα τραυματικό συμβάν ή εμπειρία - όπως ακριβώς συμβαίνει σε ένα φυσικό καταστροφικό γεγονός, σε μια τρομοκρατική πράξη ή σε ένα σοβαρό με τραυματίες ή νεκρούς ατύχημα – ενδέχεται να εμφανίσουν σε ύστερο χρονικό διάστημα, μια ψυχική διαταραχή γνωστή ως διαταραχή μετατραυματικού στρες (PTSD) [14]. Επίσης η θέα τυχόν τραυματισμένων παιδιών, η οσμή των νεκρών αλλά και η όψη κατεστραμμένων περιοχών μπορούν να αποτελέσουν τραυματικά γεγονότα όπου ενδέχεται να προκαλέσουν ισχυρής μορφής ψυχική διαταραχή.

Μελέτες έχουν δείξει ότι υψηλό βαθμό ευπάθειας διατρέχουν οι επαγγελματικές ομάδες των πυροσβεστών, της αστυνομίας καθώς και τα πληρώματα των ασθενοφόρων που συμμετέχουν ενεργά στο πεδίο σε μία καταστροφή. Επίσης τον ίδιο αυξημένο κίνδυνο συναισθηματικής εξάντλησης διατρέχουν να εμφανίσουν το ιατρικό και το νοσηλευτικό προσωπικό ενός νοσοκομείου που εργάζεται σε καθεστώς χρόνιας απασχόλησης και επαφής με τον ανθρώπινο πόνο [15]. Άλλες μελέτες έχουν καταδείξει ότι οι επαγγελματίες διάσωσης φέρουν αυξημένα ποσοστά καρδιαγγειακών ασθενειών, αλκοολισμού [14] και αυτοκτονιών καθώς επίσης και μια αυξητική τάση σε ποσοστά διαζυγίων [16]. Αξίζει να αναφερθεί ότι ιδιαίτερα μετά την τρομοκρατική επίθεση της 11^{ης} Σεπτεμβρίου στους Δίδυμους Πύργους στην Νέα Υόρκη, παρατηρήθηκαν αυξημένα ποσοστά της διαταραχής μετατραυματικού στρες στην πλειοψηφία των πυροσβεστών αλλά και των αστυνομικών που έδρασαν στο πεδίο [17].

Τα άτομα που βιώνουν PTSD, πολύ συχνά κατακλύζονται από άσχημες σκέψεις και έντονα αρνητικά συναισθήματα με διάρκεια έως και αρκετό χρονικό διάστημα μετά το καταστροφικό συμβάν [18]. Συνήθως ξαναζούν το ίδιο δυσάρεστο γεγονός μέσω αναδρομών ή ακόμα και μέσα από εφιάλτες [19]. Αυτή η κατάσταση συντηρεί, θα λέγαμε, τα αρνητικά τους συναισθήματα καθώς νιώθουν θυμό, φόβο, θλίψη οδηγώντας τους σε εκούσια απομόνωση από το περιβάλλον τους [18].

Μελέτες διερευνήσαν το ερώτημα αν θα μπορούσε να αποτελέσει το «Debriefing» ένα σημαντικό παράγοντα μείωσης της διαταραχής του μετατραυματικού στρες (PTSD). Αν και δεν δίνονται επαρκή στοιχεία, ωστόσο δεν έχει αποδειχτεί κάτι τέτοιο. Η διαδικασία της απενημέρωσης αν και ενδέχεται να αποφορτίσει ψυχολογικά το άτομο που συμμετέχει [20], [21],[29] ωστόσο μετά από έρευνες [22] τυχαίοποιημένων δοκιμών όπου έγιναν σε συμμετέχοντες που έχουν βιώσει ένα τραυματικό γεγονός στο πεδίο, αποδείχτηκε ότι δεν συμβάλλει στην αποτροπή εμφάνισης του PTSD [19], [23].

Συγκεκριμένα τα ευρήματα καταδεικνύουν ότι τα άτομα που έχουν χαμηλή ψυχο-ανθεκτικότητα και που ούτως ή άλλως πρόκειται να εμφανίσουν PTSD δεν πρόκειται να ωφεληθούν από τη συνεδρία της απενημέρωσης, αντιθέτως είναι πολύ πιθανό μετά τη διαδικασία να ενισχυθούν τα αρνητικά συναισθήματα τους [19], [21],[29]. Ειδικότερα, φάνηκε ότι η διαδικασία του «Debriefing» δεν έφερε κάποια θετική επίδραση στα συναισθήματα τόσο του άγχους όσο και της κατάθλιψης από τα οποία υπέφεραν οι συμμετέχοντες. Συνοψίζοντας λοιπόν, θα λέγαμε ότι η διαδικασία της απενημέρωσης φαίνεται ότι δεν μπορεί να αποτελέσει ένα υποκατάστατο μιας ψυχολογικής και εξειδικευμένης θεραπείας αλλά ούτε και να λειτουργήσει ως ένα μέσον ψυχολογικής πρόληψης αρνητικών συναισθημάτων των ατόμων που παρουσιάζουν ώριμα συμπτώματα PTSD [11],[22],[24],[30]. Είναι περισσότερο πιθανό λοιπόν, να λειτουργήσει ως μια μέθοδος ανίχνευσης των πρώιμων συμπτωμάτων PTSD έτσι ώστε να ακολουθήσει η εξατομικευμένη κατάλληλη ψυχολογική προσέγγιση και μέθοδος [11], [21], [24],[29],[30].

Παρόμοια ευρήματα διαφαίνονται και από μια άλλη έρευνα όπου εκτίμησε τη διαδικασία του Stress Debriefing σε πληθυσμούς στρατιωτών [25]. Αν και δεν αποτέλεσε εργαλείο πρόληψης του PTSD καθώς διαφαίνεται ότι άτομα με προδιάθεση ή προϋπάρχουσες ψυχικές διαταραχές δεν θα αποφύγουν την εμφάνιση του, ωστόσο τα αποτελέσματα της διαδικασίας ήταν ευεργετικά. Στην περίπτωση αυτή έχουμε την ευεργετική συνεισφορά της τυποποίησης των πρωτοκόλλων και των διαδικασιών που ακολουθούν οι στρατιωτικοί πληθυσμοί έτσι ώστε να είναι αποτελεσματικοί στην εργασία τους [26].

Στον στρατιωτικό τομέα είναι εφικτό αλλά και καθίσταται απαραίτητο να γίνονται τόσο συχνές συνεντεύξεις, όσο και ψυχομετρικές μετρήσεις και να εντάσσονται σε μία συχνή ρουτίνα και όχι μόνο μετά από ένα τραυματικό γεγονός ή μετά από τη διαχείριση ενός κρίσιμου συμβάντος [25]. Επιπλέον σε αυτή την περίπτωση οι υπεύθυνοι διεξαγωγής του «Debriefing» θα πρέπει να ακολουθούν στη διαδικασία μια ιδιαίτερη τακτική μεταδίδοντας θετικά μηνύματα στους συνεντευξιζόμενους έτσι ώστε να δημιουργούν μια ευχάριστη ατμόσφαιρα αλλά και να βοηθούν στην καλλιέργεια της θετικής τους ψυχολογίας.

Κεφάλαιο 7^ο

Συμπερασματικά λοιπόν διαφαίνεται ότι αν και η μέθοδος του «Debriefing» δεν είναι δυνατό να λειτουργήσει ως ένα εργαλείο αποτροπής εμφάνισης του PTSD, ωστόσο είναι μια διαδικασία που συνιστάται καθώς πιθανότατα θα προσφέρει οφέλη στα άτομα που λαμβάνουν μέρος σε επιχειρήσεις κρίσιμων συμβάντων. Σημαντικός επίσης είναι ο τρόπος και η μεθοδολογία σύμφωνα με τα οποία διεξάγεται το «Debriefing» καθώς είναι σημαντικό να μην αναπαράγονται οι τραυματικές εικόνες που εκτυλίχθηκαν στο πεδίο καθώς μπορούν να οδηγήσουν σε αρνητικές αναδρομές επιφέροντας αντίθετα από τα επιθυμητά ψυχολογικά αποτελέσματα [27].

Εκτός από το όφελος της ψυχολογικής αποφόρτισης ή της εκτόνωσης του στρες που λαμβάνει το άτομο εκείνη τη στιγμή, διαφαίνεται ότι το «Debriefing» συμβάλλει αρκετά στην ενίσχυση της συνοχής της συγκεκριμένης ομάδας καθώς τα συνεντευξιαζόμενα μέλη της εκφράζουν την οπτική τους για το συγκεκριμένο συμβάν που έλαβαν μέρος, συζητούν, ανταλλάσσουν απόψεις και εμπειρίες [28]. Για την ενίσχυση του σκοπού αυτού κρίνεται αναγκαία στην απενημέρωση και η συμμετοχή μελών εμπειρών που έχουν ζήσει παρόμοια γεγονότα ώστε η κατάθεση της άποψης και της γνώσης τους να λειτουργήσει ευεργετικά στην ψυχολογική υποστήριξη των λιγότερων εμπειρών ατόμων της ομάδας που εκτέθηκαν στους στρεσογόνους παράγοντες κατά το συμβάν.

Ένας άλλος σημαντικός, θετικός και αξιοσημείωτος παράγοντας που μπορεί να προκύψει από την εκπαιδευτική διαδικασία της απενημέρωσης είναι και η δυνατότητα εκπαίδευσης των συμμετεχόντων ως προς το να μπορούν να διακρίνουν τα συμπτώματα και τις ενδείξεις του στρες. Είναι γεγονός ότι ακόμα και το ιατρικό αλλά και το νοσηλευτικό προσωπικό [28] που έρχεται σε καθημερινή επαφή με τον ανθρώπινο πόνο μπαίνει σε μία διαδικασία "αθόρυβης" ψυχικής φόρτισης. Εξαιτίας αυτής της στρεσογόνου κατάστασης, κάποια στιγμή, οι εργαζόμενοι θα παρουσιάσουν συμπτώματα στρες και άγχους. Σε αυτό το σημείο λοιπόν η διαδικασία του τακτικού «Debriefing» μπορεί να συμβάλλει θετικά, καθώς εφόσον το προσωπικό έχει ενημερωθεί και εκπαιδευτεί στην αποσαφήνιση του όρου "στρες", θα είναι σε θέση να αναγνωρίσει τυχόν συμπτώματα του αναφέροντας τα σε ειδικό επιστημονικό προσωπικό ψυχικής υγείας έτσι ώστε να προληφθούν περεταίρω ψυχικές βλάβες.

Υπό το πρίσμα αυτό, είναι γεγονός ότι η διαδικασία του «Debriefing» σίγουρα είναι δυνατό να ενισχύσει τους δεσμούς μιας ομάδας με το ίδιο αντικείμενο εργασίας ώστε να είναι αποδοτικότερη. Έχει τη δυνατότητα να αποφορτίσει τα άτομα από το άγχος και το στρες που ενδέχεται να παρουσιάσουν κατά τη διάρκεια της διαχείρισης ενός κρίσιμου συμβάντος καθώς επίσης και να τα εκπαιδεύσει ώστε να αναγνωρίζουν τυχόν συμπτώματα στρες όχι μόνο ατομικά αλλά και σε ομαδικό επίπεδο. Κατανοούμε λοιπόν την αναγκαιότητα της διαδικασίας όχι μόνο μετά τη διαχείριση κρίσιμων συμβάντων αλλά και σε μια τακτικότερη βάση έτσι ώστε να υπάρχει η μέγιστη ωφέλεια των εργαζομένων σε αυτές τις ιδιαίτερες συνθήκες, αυξάνοντας την αποδοτικότητα τους [26].

Συμπεράσματα

Παραπάνω εξετάστηκαν και διερευνήθηκαν σημαντικά ερωτήματα περί της διαδικασίας του «Debriefing» καθώς και αν τελικά είναι αναγκαίο να συντελείται μετά από τη διαχείριση κρίσιμων συμβάντων καταστροφής. Αν και δεν υπάρχει πολυπληθής βιβλιογραφία επί του θέματος, εντούτοις το ερώτημα εξετάστηκε σε βάθος καθώς και δόθηκαν απαντήσεις.

Αναμφίβολα η διαδικασία του «Debriefing» αποτελεί μια απαραίτητη εκπαιδευτική μέθοδο κατά την οποία και εφόσον συντελείται σε τακτικά χρονικά διαστήματα, τα μέλη των ομάδων των πρώτων ανταποκριτών σε πεδίο εκπαιδεύονται στην ολοκληρωμένη διαχείριση μιας καταστροφής. Ας μην λησμονούμε ότι η επιτυχής διαχείριση μιας καταστροφής δεν αφορά μόνο τις απαραίτητες ενέργειες που διεξάγονται στο πεδίο κατά τη διάρκεια του συμβάντος. Οι εργαζόμενοι θα πρέπει να είναι σε θέση να διαχειριστούν τα συναισθήματα τους καθώς συχνά στο πεδίο συμβάντων καταστροφής, αντιμετωπίζουν τον ανθρωπινό πόνο σε όλη του τη διάσταση εφόσον έρχονται σε επαφή τόσο με σοβαρούς τραυματισμούς όσο και με τη θέα του θανάτου. Η εκπαιδευτική διαδικασία της απενημέρωσης έχει διαμορφωθεί στη σύγχρονη εποχή έτσι ώστε να παρέχει στους εργαζόμενους του πεδίου την απαραίτητη ανάκληση των πρακτικών που χρησιμοποιήθηκαν στο πεδίο καθώς και την αξιολόγηση τους.

Παράλληλα προσφέρει στα άτομα τη δυνατότητα να αποφορτιστούν ψυχολογικά ιδιαίτερα από το στρες που συχνά εμφανίζεται μετά από τη διαχείριση κρίσιμων συμβάντων καταστροφής. Σημαντικό είναι ότι εκπαιδεύονται στην αναγνώριση των πρώιμων ενδείξεων του στρες είτε στους εαυτούς τους είτε στους συνεργάτες τους βοηθώντας τους έτσι να αναζητήσουν περεταίρω ψυχολογική υποστήριξη από επαγγελματία ψυχικής υγείας.

Θα λέγαμε λοιπόν ότι η διαδικασία του «Debriefing» εκτός από έναν απολογισμό των πρακτικών που χρησιμοποιήθηκαν στο πεδίο, αποτελεί και ένα αξιόλογο μέσον τεχνικής προετοιμασίας αλλά και ψυχολογικής θωράκισης των ανταποκριτών, προκειμένου να ενεργοποιηθούν και να δράσουν επαρκώς σε κάποιο μελλοντικό κρίσιμο συμβάν.

Δεύτερο Μέρος

Έρευνα με τίτλο: **Η αναγκαιότητα της απενημέρωσης "Debriefing" μετά από τη διαχείριση κρίσιμων συμβάντων καταστροφής.**

2.1 Εισαγωγή

Το δεύτερο μέρος της εργασίας συγγράφηκε με σκοπό να διερευνηθεί το θέμα της αναγκαιότητας της διαδικασίας διεξαγωγής του «Debriefing» στα πλαίσια της Ελληνικής πραγματικότητας και αν συνηθίζεται να συντελείται ως μέρος μια ολοκληρωμένης διαχείρισης ενός κρίσιμου συμβάντος.

Παρόλο που στα κράτη του εξωτερικού που εξετάστηκαν στο πρώτο μέρος της εργασίας, διαπιστώθηκε ότι η διαδικασία του «Debriefing» αποτελεί μια τακτική και αναπόσπαστη προσέγγιση προκειμένου μιας ολοκληρωμένης διαχείρισης κρίσιμων συμβάντων καταστροφής, εντούτοις στη χώρα μας διαφαίνεται να συμβαίνει αποσπασματικά και όχι σε τακτική βάση.

Στοχεύοντας σε μια αντικειμενικότερη και ολοκληρωμένη διατύπωση συμπερασμάτων, εξετάστηκε πλήθος ζητημάτων και ερωτημάτων που άπτονται του θέματος. Έτσι λοιπόν δεν αφορούν μόνο το καθαυτό διαδικαστικό κομμάτι της μεθόδου αλλά διερευνώνται και άλλα ζητήματα όπως το χρονικό διάστημα που μεσολαβεί από την διαχείριση του κρίσιμου συμβάντος και της διαδικασίας της απενημέρωσης. Επίσης εξετάζεται εκτενώς το θέμα του ψυχολογικού τομέα καθώς αρκετές ερωτήσεις του ερωτηματολογίου αποσκοπούν στο να αναδείξουν αν η διαδικασία του «Debriefing» συντελέστηκε από επαγγελματία ψυχικής υγείας καθώς και αν βοήθησε στην ψυχολογική αποφόρτιση των πρώτων ανταποκριτών του συμβάντος. Επιπλέον ζητήθηκε και η προσωπική άποψη των ερωτηθέντων επί του θέματος καθώς ερωτήθηκαν αν οι ίδιοι θεωρούν ότι είναι αναγκαία η διαδικασία ενός «Debriefing». Τα αποτελέσματα της έρευνας ήταν αρκετά ενδιαφέροντα και θέτουν τις βάσεις για περαιτέρω προβληματισμό.

2.2 Μέθοδος

2.2.1 Διαδικασία και δείγμα

Τα ευρήματα του ερωτηματολογίου αναλύονται μέσω της ποσοτικής ερευνητικής προσέγγισης και ιδιαίτερα με την μέθοδο της στατιστικής ανάλυσης SPSS.

Η έρευνα διεξήχθη μέσω δομημένου ερωτηματολογίου συμπεριλαμβάνοντας ερωτήματα ανοιχτού τύπου αλλά και κλειστού τύπου πολλαπλών κατηγοριών.

Το χρονικό διάστημα όπου το ερωτηματολόγιο παρέμεινε ενεργό κυμάνθηκε από τον Ιανουάριο 2021 έως και τον Μάρτιο 2021.

Το συνολικό δείγμα ανήλθε στα 79 άτομα προερχόμενα από διαφορετικές περιοχές της Ελληνικής επικράτειας, το οποίο στοχευμένα αποτέλεσε πληθυσμό που λόγω της ιδιότητας του λαμβάνει μέρος τακτικά σε επιχειρήσεις αντιμετώπισης κρίσιμων συμβάντων.

2.2.2 Ανάλυση δημογραφικών στοιχείων

Πιο ειδικά, το ερωτηματολόγιο απαντήθηκε από : Εθελοντές διασώστες/τριες 28%, υπαλλήλους του πυροσβεστικού σώματος 15%, υπαλλήλους φρουράς καταστημάτων κράτησης 10%, υπαλλήλους στρατού ξηράς 9%, υπαλλήλους της Ελληνικής αστυνομίας 8%, υγειονομικούς υπαλλήλους 8%, υπαλλήλους της πολεμικής αεροπορίας 6%, υπαλλήλους του πολεμικού ναυτικού 6% καθώς και υπαλλήλους του Εθνικού Κέντρου Άμεσης Βοήθειας (Ε.Κ.Α.Β) 4%. (πίνακας 1).

Ως προς τα δημογραφικά στοιχεία ορίστηκε το ηλικιακό εύρος των ερωτηθέντων, το οποίο κυμάνθηκε από το 20^ο έως και το 60^ο έτος (πίνακας 2), ενώ δεν δόθηκε διαχωρισμός ως προς το φύλο. Ως προς τον τομέα του μορφωτικού επιπέδου του πλήθους των ερωτηθέντων διαφάνηκε ότι στην πλειονότητα τους είναι απόφοιτοι τριτοβάθμιας εκπαίδευσης με ποσοστό 49%, ενώ ακολουθούν οι απόφοιτοι δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης με ποσοστό 32%, οι απόφοιτοι μεταπτυχιακής σχολής με ποσοστό 15%, κάτοχοι διδακτορικού με ποσοστό 3% και απόφοιτοι τομέα πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης με ποσοστό μόλις 1% (πίνακας 3).

2.2.3 Ανάλυση των δεδομένων ως προς την εμπειρία των ερωτηθέντων

Από τις απαντήσεις του κυρίως μέρους του ερωτηματολογίου διαφάνηκε ότι οι ερωτηθέντες είχαν στην πλειοψηφία τους ως εμπειρία, τουλάχιστον μία ενεργή συμμετοχή σε ένα κρίσιμο συμβάν καθώς από το πλήθος των 79 ατόμων μόλις το 8,9% δεν συμμετείχε ενεργά σε αντίθεση με το υπόλοιπο 91,1% που είχε λάβει μέρος (πίνακας 4). Συγκεκριμένα από το πλήθος των 72 ατόμων που συμμετείχαν ενεργά στην αντιμετώπιση της καταστροφής, το 51% συμμετείχε παραπάνω από τέσσερις φορές, το 18% τρεις φορές, ενώ το 29% μόλις μία φορά (πίνακας 5). Σημειώνεται επίσης ότι στην πλειοψηφία τους και με ποσοστό 92% (πίνακας 6), οι επιχειρήσεις στις οποίες συμμετείχαν οι ερωτηθέντες έφεραν θετικά αποτελέσματα καθώς επέτυχαν τους στόχους τους.

Ενδιαφέρον ωστόσο αποτελούν τα ποσοστά των ερωτηθέντων ως προς το αν είχε προηγηθεί ενημέρωση από την υπηρεσία τους - Briefing- πριν από την έναρξη της επιχείρησης στην οποία θα συμμετείχαν (πίνακας 7). Σύμφωνα λοιπόν με τα στοιχεία της έρευνας βρέθηκε ότι σε ένα αρκετά αυξημένο ποσοστό της τάξεως του 33% δεν είχε προηγηθεί εκτεταμένη ενημέρωση για την επιχείρηση ενώ είχαν γίνει μόνον γενικές αναφορές. Ωστόσο σε ποσοστό 63,9% υπήρξε εκτεταμένη και λεπτομερής ενημέρωση.

2.2.4 Ανάλυση των δεδομένων ως προς τη διαδικασία του Debriefing

Από τα στοιχεία διαφαίνεται ότι οι ερωτηθέντες (πλήθος 72) σε ποσοστό 66,7% συμμετείχαν σε απενημέρωση – Debriefing, που ακολούθησε την επιχείρηση στο πεδίο, ενώ για ένα ποσοστό ερωτηθέντων της τάξεως του 33,3% δεν υπήρξε καν η διαδικασία (πίνακας 8).

Περισσότερες και ειδικότερες πληροφορίες για τη διαδικασία του Debriefing μας δίνουν τα στοιχεία που ακολουθούν παρακάτω. Συγκεκριμένα, σε ερώτηση που τέθηκε για το αν κατά την απενημέρωση που συντελέστηκε στην υπηρεσία τους, αναλύθηκαν πλήρως τα θετικά ή τα αρνητικά αποτελέσματα της επιχείρησης στην οποία είχαν λάβει μέρος τα ποσοστά διαμορφώθηκαν ακολούθως. Σε αθροιστικό και συνολικό ποσοστό 47% ως προς τα αποτελέσματα της επιχείρησης που οι ερωτηθέντες είχαν λάβει μέρος, φάνηκε ότι αναλύθηκαν είτε λεπτομερώς είτε με σύντομες μόνο αναφορές τόσο τα θετικά όσο και τα αρνητικά αποτελέσματα της συγκεκριμένης επιχείρησης. Αντίθετα ένα ποσοστό της τάξεως του 51% των ερωτηθέντων φάνηκε ότι δεν έλαβε ποτέ ενημέρωση των αποτελεσμάτων της επιχείρησης στην οποία έλαβε μέρος (πίνακας 9).

Εισχωρώντας βαθύτερα στη διαδικασία του Debriefing και αναζητώντας αν κατά τη διαδικασία αναλύθηκαν πλήρως και με κάθε λεπτομέρεια όλες οι πρακτικές εκείνες που χρησιμοποιήθηκαν στο πεδίο και που είχαν ήδη επισημανθεί κατά τη διαδικασία της ενημέρωσης τα αποτελέσματα έδειξαν τα ακόλουθα. Σε ένα πλήθος 48 ατόμων και σε ποσοστό 50% υπήρξε λεπτομερής

και πλήρης ανάλυση όλων των πρακτικών εκείνων που είχαν επισημανθεί ήδη κατά την ενημέρωση. Σε ένα ποσοστό της τάξεως του 43% έγινε μία απλή αναφορά, ενώ σε ένα ποσοστό 8% δεν δόθηκε καμία σημασία σε αυτόν τον τομέα (πίνακας 10).

Σε ερώτημα που αφορούσε τον προβληματισμό για το αν κατά το Debriefing συζητήθηκαν τυχόν παράγοντες που συνέβαλλαν στο να μην αποδώσει τελικά τα αναμενόμενα αποτελέσματα ο αρχικός σχεδιασμός της επιχείρησης, διατυπώθηκαν τα παρακάτω αποτελέσματα. Σε ποσοστό 60% οι ερωτηθέντες είχαν συμμετάσχει σε τέτοια συζήτηση ενώ αντίθετα ένα ποσοστό της τάξεως του 23% δήλωσε ότι δεν συζητήθηκε κάτι τέτοιο. Από την άλλη ένα ποσοστό 17% των ερωτηθέντων έδειξε ότι δεν υπήρξαν τέτοιες αναφορές καθώς η σωστή διαχείριση κατά την διάρκεια της επιχείρησης έφερε τα βέλτιστα αποτελέσματα (πίνακας 11). Επιπλέον, αξιοσημείωτο είναι ότι στο περιεχόμενο της θεματολογίας της απενημέρωσης οι συμμετέχοντες σε ποσοστό 58,3%, έλαβαν ενημέρωση περί νέων πρακτικών ή και τεχνικών που θα μπορούσαν να χρησιμοποιήσουν σε μια ενδεχόμενη μελλοντική επιχείρηση. Σε αντίθεση σε ποσοστό της τάξεως του 41,7% δεν τους δόθηκε καμία πληροφόρηση για κάτι τέτοιο (πίνακας 12).

Ωστόσο εξετάστηκε και κατά πόσο γρήγορα κινήθηκαν οι απαραίτητες διαδικασίες για την διεξαγωγή του Debriefing καθώς διερευνήθηκε αν η απενημέρωση συντελέστηκε μέσα στην πρώτη ώρα μετά το συμβάν, μέσα στο επόμενο 48ωρο ή ετεροχρονισμένα, δηλαδή αρκετές ημέρες μετά το κρίσιμο γεγονός. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η πλειοψηφία των ερωτηθέντων και σε ποσοστό 63% έλαβαν μέρος σε Debriefing που συντελέστηκε σε 48 ώρες μετά το κρίσιμο συμβάν. Ακολουθεί το ποσοστό της τάξεως 25% όπου η διαδικασία της απενημέρωσης διεξήχθη άμεσα και ειδικότερα στην πρώτη ώρα μετά το συμβάν, ενώ μόλις ένα ποσοστό 10% συμμετείχε σε ετεροχρονισμένο Debriefing και συγκεκριμένα ένα μήνα μετά το καταστροφικό γεγονός (πίνακας 13).

2.2.5 Ανάλυση των δεδομένων ως προς το Debriefing σε σχέση με τον ψυχολογικό παράγοντα

Δεδομένων των συμπερασμάτων του πρώτου μέρους της εργασίας όπου καταδεικνύεται η συμβολή της διαδικασίας του Debriefing στην ψυχολογική αποφόρτιση των πρώτων ανταποκριτών ενός καταστροφικού συμβάντος, δεν θα μπορούσε η έρευνα να μην πραγματευτεί και με τον ψυχολογικό παράγοντα.

Ως εκ τούτου, η καίρια ερώτηση που τέθηκε στους ερωτώμενους ήταν αν κατά τη διάρκεια του Debriefing είχε εξεταστεί και ο συναισθηματικός τους κόσμος και ιδιαίτερα αν είχαν ερωτηθεί για τα συναισθήματα που βίωναν κατά τη διάρκεια της επιχείρησης στο πεδίο. Τα αποτελέσματα ήταν ενδιαφέροντα καθώς στη πλειοψηφία και με ποσοστό 57% δεν είχαν ερωτηθεί για τα

συναισθήματα τους σε αντίθεση με το ποσοστό 39% όπου είχαν ερωτηθεί (πίνακας 14).

Επιπλέον εξετάστηκαν ακόμα και ειδικές συνθήκες που θα μπορούσαν να επιβαρύνουν ψυχολογικά τους ερωτώμενους. Ειδικότερα, διερευνήθηκε αν κατά τη διάρκεια μιας επιχείρησης στο πεδίο είχαν έρθει αντιμέτωποι με σοβαρές καταστάσεις οι οποίες είναι ικανές να επιβαρύνουν ιδιαίτερω αρνητικά την ψυχοσύνθεση του πρώτου ανταποκριτή. Δόθηκε έμφαση σε ιδιόζουσες καταστάσεις όπως ένας σοβαρός προσωπικός τραυματισμός ή τραυματισμός συναδέλφου ή ακόμα και θάνατος συναδέλφου στο πεδίο. Κατά την πλειοψηφία των ερωτηθέντων και σε ποσοστό 72%, δεν υπήρξε κάποια τέτοια εμπειρία σε αντίθεση με το ποσοστό 27,1% όπου βίωσε μια τέτοια συνθήκη (πίνακας 15). Στη συνέχεια εξετάστηκε αν το συγκεκριμένο ποσοστό 27,1% και ειδικότερα το πλήθος των 13 ερωτηθέντων που βίωσε αυτήν την σοβαρή αρνητική συνθήκη, διερευνήθηκε από ειδικό επαγγελματία ψυχικής υγείας κατά τη διάρκεια του Debriefing. Τα αποτελέσματα που βρέθηκαν ήταν αφοπλιστικά καθώς βρέθηκε μόλις ποσοστό 23% που δήλωσε ότι λόγω του σοβαρού γεγονότος, στη διαδικασία της απενημερωσης υπήρξε και η παρουσία επαγγελματία ψυχικής υγείας. Σε ένα ποσοστό 38% βρέθηκε ότι το δυσάρεστο γεγονός συζητήθηκε αλλά χωρίς την παρουσία ψυχολόγου, ενώ ένα σημαντικό ποσοστό 38% δήλωσε ότι το δυσάρεστο γεγονός δεν συζητήθηκε (πίνακας 16).

Να συμπληρώσουμε ότι υπήρξε ερώτημα αναζητώντας κατά πόσο βοηθήθηκαν οι ερωτώμενοι ψυχολογικά από το Debriefing το οποίο διεξήχθη με τη βοήθεια επαγγελματία ψυχικής υγείας. Ωστόσο τα αποτελέσματα δεν είναι δυνατόν να ληφθούν υπόψη καθώς το δείγμα ήταν πολύ μικρό - μόλις δύο στα τρία άτομα. (πίνακας 17).

Τέλος, στο ανοιχτό ερώτημα πως ένιωσαν οι ερωτώμενοι μετά τη διαδικασία του Debriefing, δόθηκαν απαντήσεις που δήλωναν γενικά ότι κυριαρχούσε το θετικό συναίσθημα σε ένα ποσοστό 83,7% των ερωτηθέντων, σε ποσοστό 9,3% ουδέτερα συναισθήματα και σε ποσοστό 7% αρνητικά συναισθήματα (πίνακας 18).

2.3 Αποτελέσματα έρευνας - Συμπεράσματα

Από τη συλλογή και την επεξεργασία των παραπάνω στοιχείων, διαφαίνεται ότι όσον αφορά την Ελληνική πραγματικότητα, η διαδικασία του Debriefing δεν αποτελεί μια αυτοματοποιημένη διαδικασία που συντελείται κάθε φορά μετά από τη δράση στο πεδίο. Αντίθετα, όπως διαπιστώσαμε στο πρώτο μέρος, τα κράτη του εξωτερικού έχουν εντάξει τη διαδικασία αυτή ως ένα αναπόσπαστο κομμάτι της ολοκληρωμένης διαχείρισης ενός κρίσιμου συμβάντος. Στη χώρα μας διαφαίνεται ότι η μέθοδος της απενημέρωσης συμβαίνει περισσότερο αποσπασματικά και πιθανότατα μονάχα μετά από ορισμένα μόνο συμβάντα εκτεταμένης καταστροφής. Επιπλέον διαπιστώνεται ότι ως προς το περιεχόμενο της διαδικασίας δεν ακολουθούνται ως επί το πλείστον τα πρωτόκολλα του εξωτερικού. Φαίνεται ότι όλη η διαδικασία μοιάζει περισσότερο με συζήτηση μεταξύ των πρώτων ανταποκριτών του συμβάντος παρά μια οργανωμένη διαδικασία η οποία καθοδηγείται από κάποιον εξειδικευμένο στη μέθοδο.

Επίσης συμφώνως του ερωτηματολογίου, διαπιστώθηκε ότι από ένα σημαντικό ποσοστό 40% των ερωτηθέντων ανεξαρτήτως θετικού ή αρνητικού αποτελέσματος της επιχείρησης και κατά τη διάρκεια της διαδικασίας του Debriefing δεν αναφέρθηκαν οι παράγοντες εκείνοι που ευθύνονταν για την θετική ή την αρνητική έκβαση σε αντίθεση με τις αρχές της διαδικασίας του Debriefing των κρατών του εξωτερικού. Από τις πληροφορίες του πρώτου μέρους ήδη διαπιστώσαμε ότι στις χώρες του εξωτερικού αναλύονται πλήρως και διεξοδικά όλοι εκείνοι οι υπεύθυνοι παράγοντες που συμβάλλουν στη διαμόρφωση ενός αποτελέσματος. Δίνεται μεγάλη βαρύτητα στην ανάλυση των αιτιών εκείνων που οδήγησαν στο αποτέλεσμα καθώς όπως αναφέρθηκε ήδη η μέθοδος του Debriefing αποτελεί μια εκπαιδευτική διαδικασία μάθησης. Θα πρέπει λοιπόν οι συμμετέχοντες να έχουν γνώση της κατάστασης και να κατανοήσουν ποιοι ήταν οι παράγοντες εκείνοι που οδήγησαν στο συγκεκριμένο θετικό ή αρνητικό αποτέλεσμα έτσι ώστε να τεθούν οι βάσεις για την καλύτερη προετοιμασία τους σε ενδεχόμενη μελλοντική τους συμμετοχή σε κρίσιμα συμβάντα.

Όσον αφορά τον ψυχολογικό τομέα διαφαίνεται ότι στη χώρα μας δυστυχώς δεν δίδεται η αρμόζουσα βαρύτητα στον αντίκτυπο που ενδέχεται να προκαλέσει ένα καταστροφικό γεγονός στην ψυχοσύνθεση του πρώτου ανταποκριτή στο πεδίο. Ενώ στα κράτη του εξωτερικού η παρουσία του επαγγελματία ψυχικής υγείας είναι ενταγμένη σε μια διαδικασία Debriefing, αντιθέτως στη χώρα μας σπάνια υπάρχει ψυχολόγος παρών σε απενημέρωση. Παρατηρείται ότι η παρουσία του κρίνεται απαραίτητη μόνο σε Debriefing που ακολουθούν κρίσιμα συμβάντα εκτεταμένης καταστροφής με αυξημένο αριθμό θυμάτων.

Ακόμα όμως και σε αυτές τις σπάνιες περιπτώσεις η παρουσία του ενδέχεται να εκλείπει από τη διαδικασία του Debriefing. Τα αποτελέσματα του ερωτηματολογίου και σε ένα αξιοσημείωτο ποσοστό 38% μας έδειξαν ότι σε αρκετές περιπτώσεις ακόμα και αν υπήρξε θανάσιμος τραυματισμός μέλους της

ομάδας των πρώτων ανταποκριτών στο πεδίο, όχι μόνο δεν υπήρξε ψυχολόγος στη διαδικασία της απενημέρωσης αλλά και το ατυχές συμβάν δεν συζητήθηκε καθόλου.

Άκρως ενδιαφέρουσες ήταν και οι απαντήσεις των ερωτηθέντων σε ερώτημα ανοιχτού τύπου, στο οποίο τους ζητήθηκε να χαρακτηρίσουν με μία λέξη το επικρατέστερο συναίσθημα τους μετά από τη διαδικασία του Debriefing. Οι πανομοιότυπες απαντήσεις που δόθηκαν προβάλλουν μόνο θετικά συναισθήματα και είναι αξιοσημείωτο στοιχείο ότι όλοι χρησιμοποίησαν ακριβώς τους ίδιους χαρακτηρισμούς για να περιγράψουν το συναίσθημα τους. Συγκεκριμένα και σε διαμορφωμένα ποσοστά οι ερωτηθέντες βίωσαν τα παρακάτω συναισθήματα: 29% ικανοποίηση, 26% ευχαρίστηση και ηρεμία, 19% πιο ενημερωμένοι και πιο προετοιμασμένοι, 10% ανακούφιση, 10% αισιοδοξία και ασφάλεια, 6% πιο δεμένοι με συναδέλφους (πίνακας 19).

Συζήτηση

Συνοψίζοντας λοιπόν και τα δύο μέρη της εργασίας μπορούμε να κατανοήσουμε την αναγκαιότητα της διαδικασίας της απενημέρωσης «Debriefing» προκειμένου της ολοκληρωμένης διαχείρισης ενός κρίσιμου συμβάντος καταστροφής. Η μέθοδος της οποίας οι ρίζες βρίσκονται θαμμένες πολύ βαθιά στο μονοπάτι του χρόνου, είναι απολύτως απαραίτητη τόσο για τον άρτιο συντονισμό των ομάδων των πρώτων ανταποκριτών στο πεδίο, όσο και για την μεγιστοποίηση της δυναμικής τους όσον αφορά τη διαχείριση ενός κρίσιμου συμβάντος.

Τα οφέλη της απενημέρωσης «Debriefing» είναι μεγάλα εφόσον ακολουθείται συγκεκριμένο πρωτόκολλο κατά τη διαδικασία. Μέσα από την όλη διαδικασία τα μέλη των ομάδων της αντιμετώπισης καταστροφών μπορούν να κατανοήσουν ποιες τακτικές απέδωσαν και ποιες όχι έτσι ώστε να εφαρμοστούν οι καταλληλότερες για την βέλτιστη διαχείριση τυχόν παρόμοιων μελλοντικών συμβάντων, ενώ σε ένα αρνητικό αποτέλεσμα αναλύεται ποιοι παράγοντες συνέβαλλαν ώστε να μην αποδώσει το συγκεκριμένο πλάνο διαχείρισης. Σημαντικό είναι επίσης ότι μέσα από την όλη διαδικασία φαίνεται να επιτυγχάνεται η σύσφιξη των δεσμών των μελών της ομάδας της διαχείρισης του συμβάντος, καθώς μαθαίνουν την αναγκαιότητα της ομαδικής συνεργασίας και στήριξης.

Ωστόσο παρατηρείται ότι μέσα από τη διαδικασία της απενημέρωσης «Debriefing», προκύπτει τεράστιο όφελος όσον αφορά και τον ψυχολογικό τομέα. Τόσο μέσα από την βιβλιογραφική ανασκόπηση όσο και από την έρευνα που διεξήχθη, προβλήθηκε η αναγκαιότητα να αποφορτιστούν ψυχολογικά τα μέλη που επιχειρήσαν. Στο πεδίο άλλωστε μιας καταστροφής τόσο η όψη των κατεστραμμένων υλικών της συγκεκριμένης περιοχής, όσο και η θέα των σοβαρών τραυματισμών ακόμα και των νεκρών ανθρώπων ενήλικων ή παιδιών, προσδίδουν τεράστια ψυχολογική πίεση στους ανταποκριτές του πεδίου. Ως φάση της πρώτης αντιμετώπισης μετά την καταστροφή, παρατηρήθηκε ότι η διαδικασία της απενημέρωσης «Debriefing» είναι εκείνη όπου μπορεί να εκτονώσει και να αποφορτίσει ψυχολογικά αυτήν την πίεση που έχουν υποστεί οι εμπλεκόμενοι στη διαχείριση του συμβάντος. Σε δεύτερη φάση βέβαια είναι απαραίτητο να ακολουθήσουν ειδικές συνεδρίες από επαγγελματίες ψυχικής υγείας, εφόσον διαπιστωθούν όλες οι ενδείξεις εκείνες που το καθιστούν απαραίτητο.

Διαπιστώθηκε λοιπόν, ότι στις χώρες του εξωτερικού η διαδικασία της απενημέρωσης αποτελεί αναγκαίο αλλά και αναπόσπαστο κομμάτι για την ολοκληρωμένη διαχείριση μιας καταστροφής καθώς τα αρκετά χρόνια εφαρμογής της το έχουν αποδείξει. Κομβικό σημείο προκειμένου της μέγιστης αποτελεσματικότητας της μεθόδου, αποτελεί το γεγονός ότι θα πρέπει να χαρακτηρίζεται από συγκεκριμένο πρωτόκολλο καθώς και να διενεργείται στη σωστή χρονική στιγμή.

Σε απόλυτη αντίθεση με αυτό, στην Ελλάδα διαφαίνεται ότι δεν αποτελεί απαραίτητο κομμάτι της ολοκληρωμένης διαχείρισης ενός κρίσιμου συμβάντος

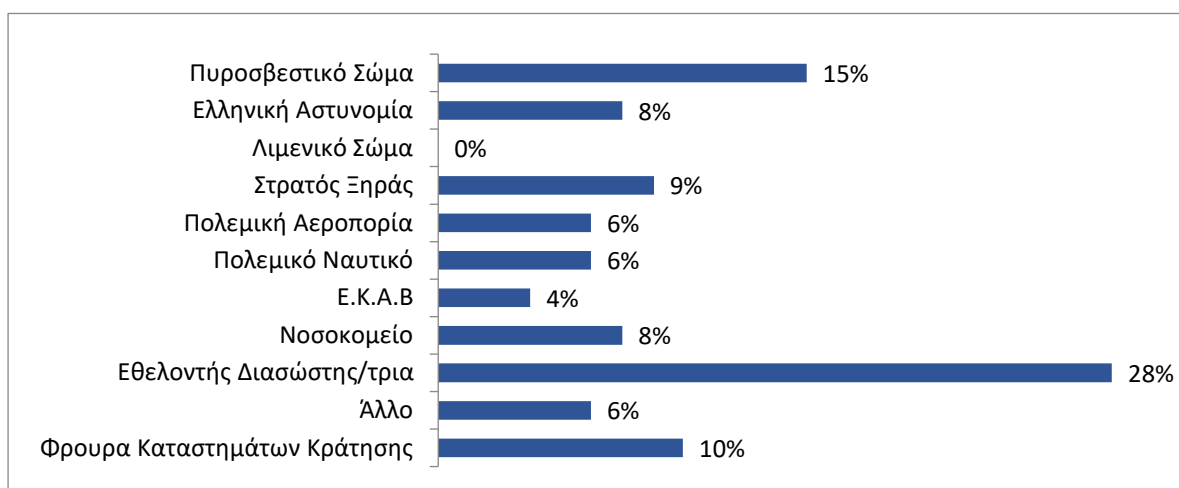
και ως εκ τούτου δεν αποτελεί μια αυτοματοποιημένη διαδικασία αλλά έχει περισσότερο περιστασιακό χαρακτήρα. Επίσης όσον αφορά τη χώρα μας και όταν η διαδικασία συντελείται, διαφαίνεται ότι δεν ακολουθεί κάποιο συγκεκριμένο πρωτόκολλο του εξωτερικού αλλά και ούτε διενεργείται με τη συμβολή ενός επαγγελματία ψυχικής υγείας ενώ περισσότερο έχει, θα λέγαμε, το χαρακτηριστικό μιας φιλικής συζήτησης που γίνεται ανάμεσα στα μέλη της ομάδας. Αξιοσημείωτα πάντως παραμένουν τα ευρήματα τόσο της βιβλιογραφικής ανασκόπησης όσο και της έρευνας όσον αφορά τα θετικά συναισθήματα της ασφάλειας, της ηρεμίας και της εμπιστοσύνης που δημιουργεί η διαδικασία της απενημέρωσης στα άτομα που λαμβάνουν μέρος.

Εν κατακλείδι, θα λέγαμε ότι αναμφίβολα διαφαίνεται πως πρόκειται για μια αναγκαία διαδικασία προκειμένου της αποτελεσματικότερης αντιμετώπισης ενός κρίσιμου συμβάντος καταστροφής, εφόσον όμως κατά την διεξαγωγή της τηρούνται τα απαραίτητα διαδικαστικά πρωτόκολλα. Ως εκ τούτου θεωρούμε αναγκαιότητα την ένταξη της μεθόδου σε όλους εκείνους τους απαραίτητους χειρισμούς προκειμένου της ολοκληρωμένης αντιμετώπισης κρίσιμων συμβάντων καταστροφής.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΠΙΝΑΚΩΝ

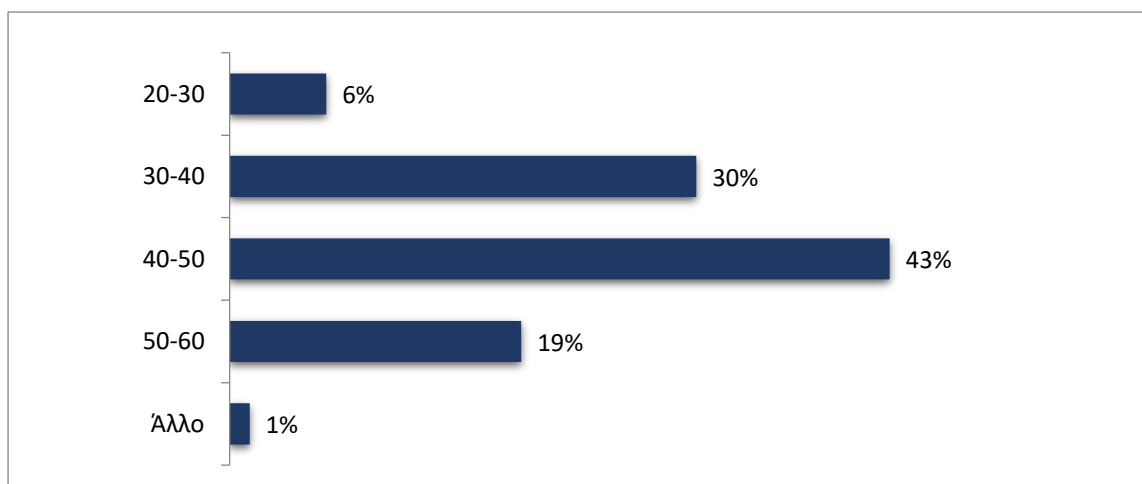
Πίνακας 1

Τομέας Δραστηριοποίησης
(Πλήθος 79)



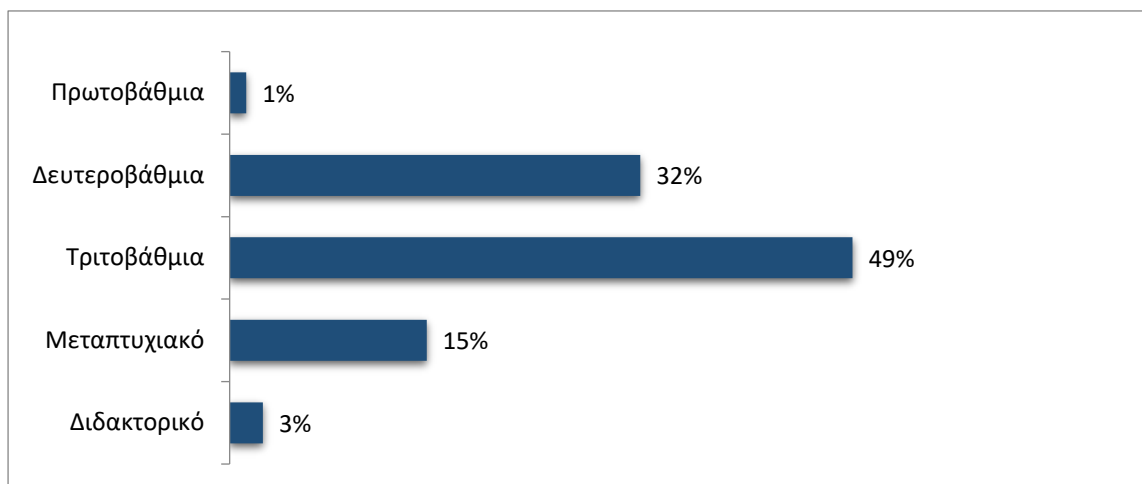
Πίνακας 2

Ηλικία
(Πλήθος 79)



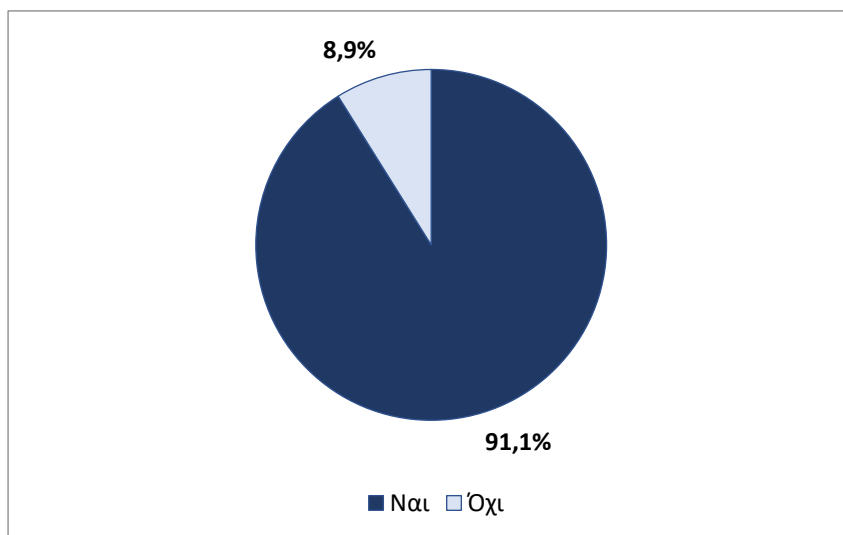
Πίνακας 3

Επίπεδο Εκπαίδευσης
(Πλήθος 79)



Πίνακας 4

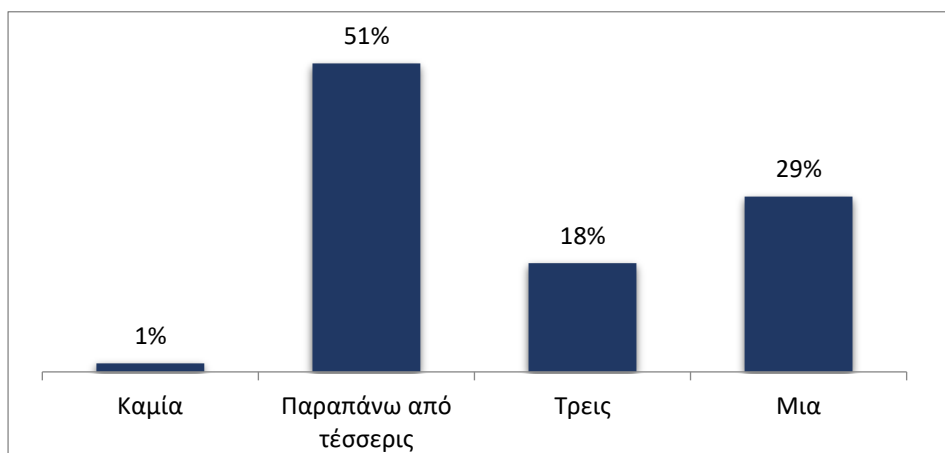
Πληροφορίες σχετικές με την συμμετοχή στο πεδίο
(πλήθος 79)



Πίνακας 5

Αριθμός ατομικής ενεργής συμμετοχής στο πεδίο

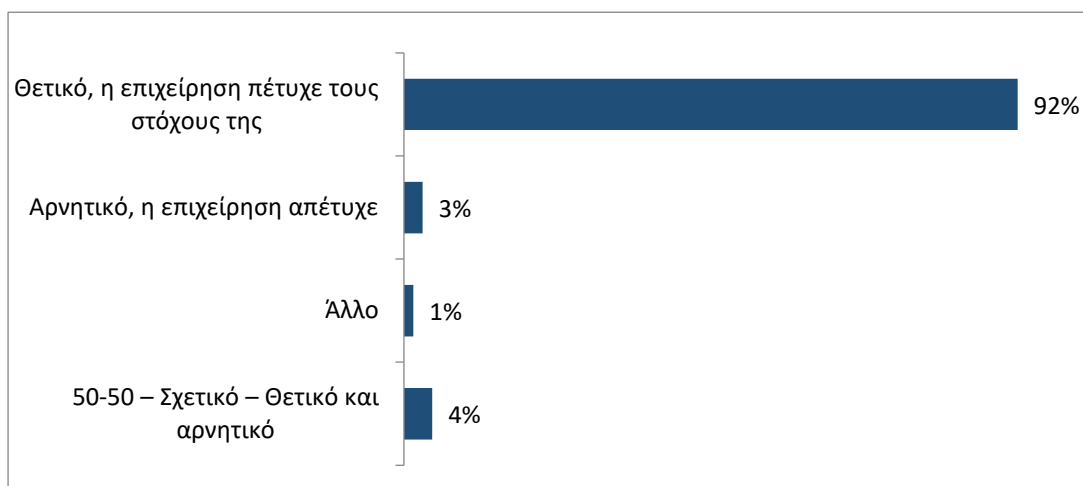
(πλήθος 72)



Πίνακας 6

Αποτέλεσμα της επιχείρησης

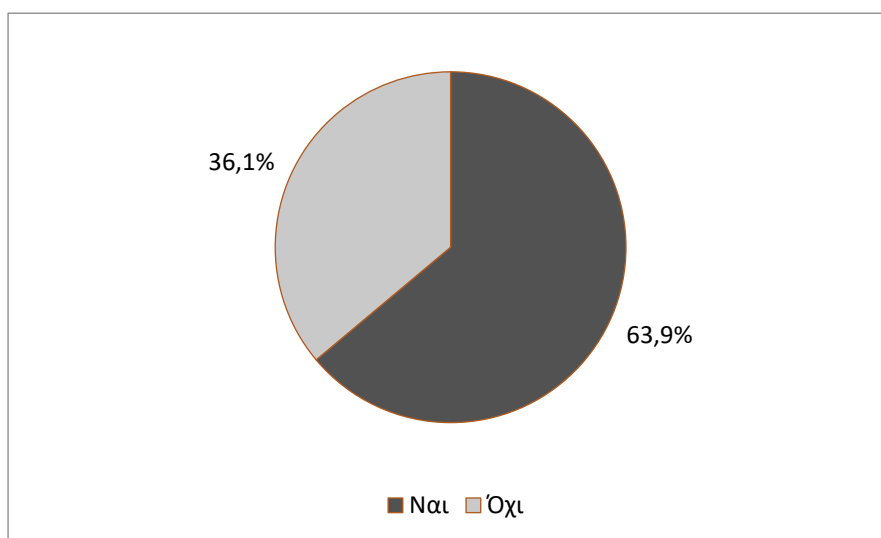
(πλήθος 72)



Πίνακας 7

Προηγήθηκε ενημέρωση πριν από την επιχείρηση;

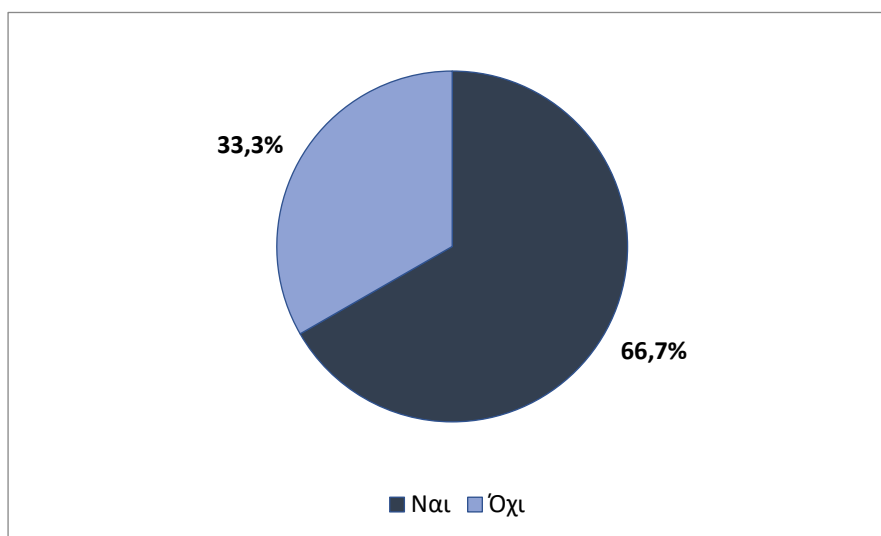
(πλήθος 72)



Πίνακας 8

Ακολούθησε Απενημέρωση – Debriefing;

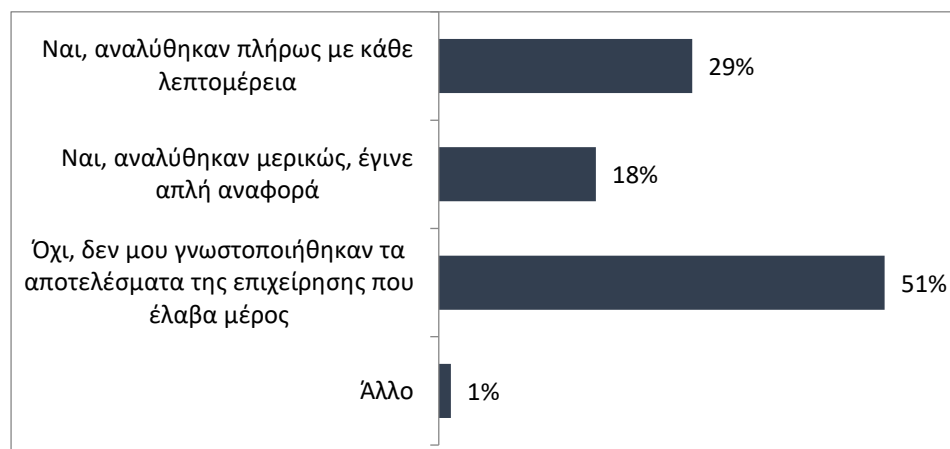
(πλήθος 72)



Πίνακας 9

Κατά το Debriefing έγινε πλήρης ανάλυση θετικών και αρνητικών αποτελεσμάτων;

(πλήθος 48)



Πίνακας 10

Κατά το Debriefing αναλύθηκαν πλήρως οι πρακτικές στο πεδίο;

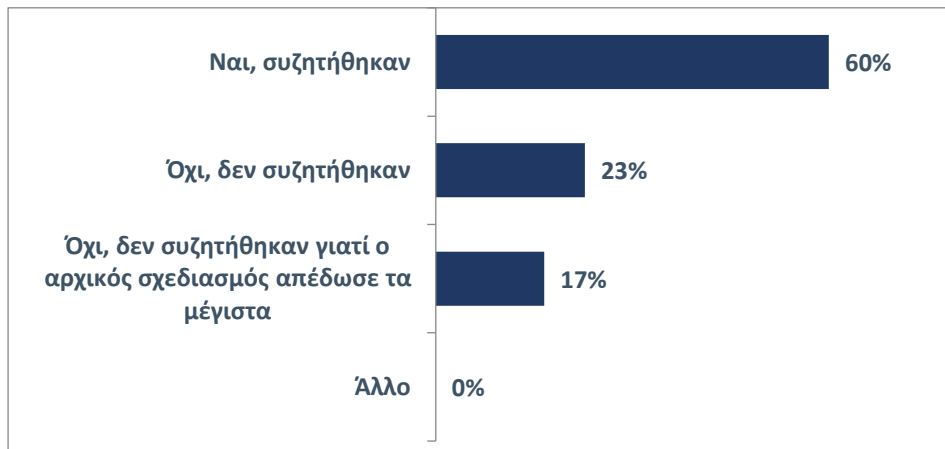
(πλήθος 48)



Πίνακας 11

Συζητήθηκαν τυχόν παράγοντες αποτυχίας;

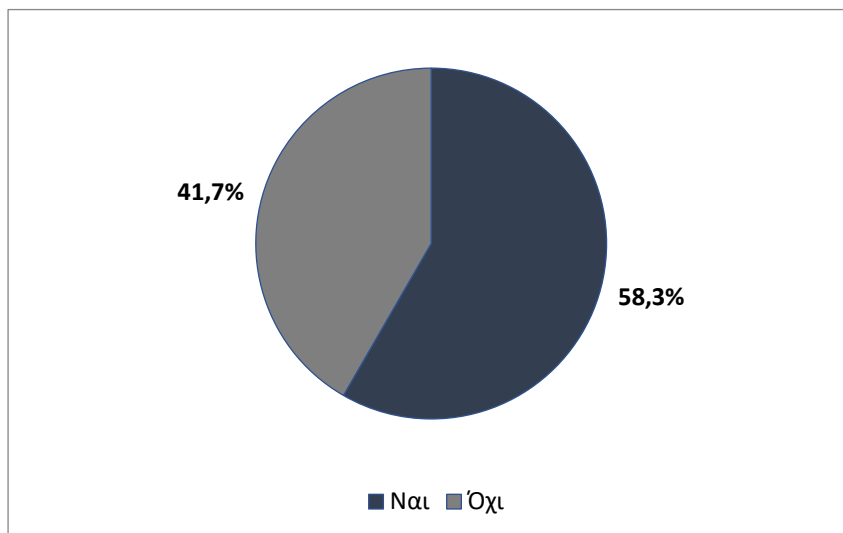
(πλήθος 48)



Πίνακας 12

Κατά το Debriefing δόθηκαν νέες τεχνικές-πρακτικές προκειμένου της καλύτερης αντιμετώπισης μιας μελλοντικής κρίσης;

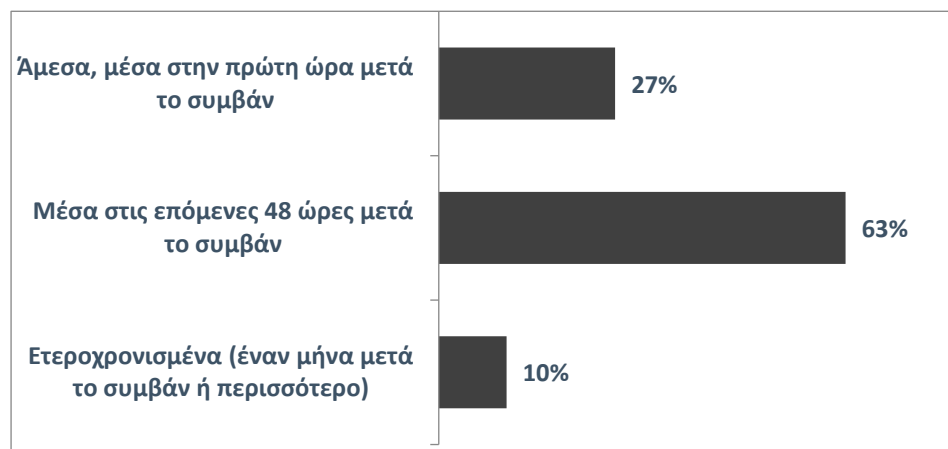
(πλήθος 48)



Πίνακας 13

Σε πόσο χρονικό διάστημα μετά το συμβάν πραγματοποιήθηκε Debriefing;

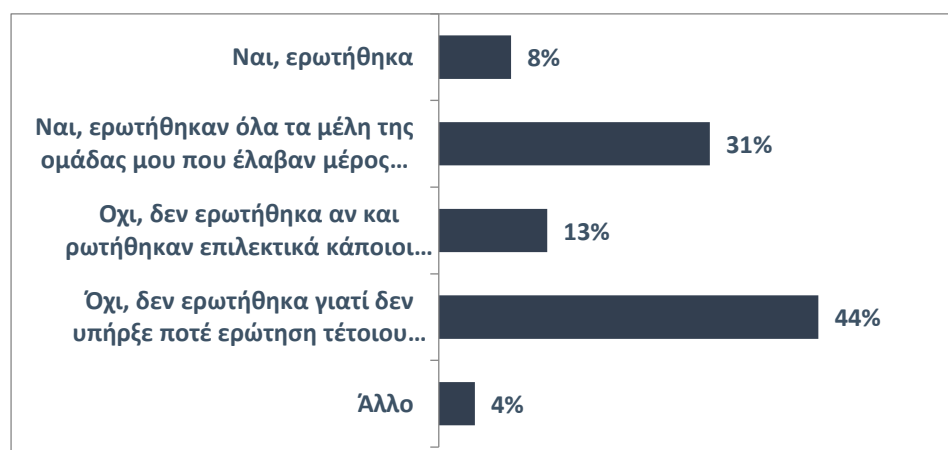
(πλήθος 48)



Πίνακας 14

Κατά το Debriefing ερωτηθήκατε για τα συναισθήματά σας κατά τη διάρκεια της επιχείρησης στο πεδίο;

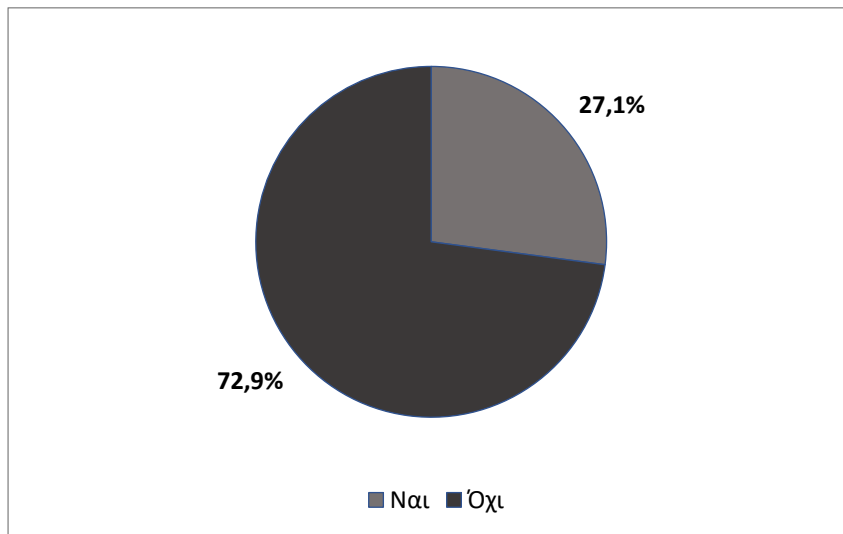
(πλήθος 48)



Πίνακας 15

Υπήρξε θάνατος ή τραυματισμός συναδέλφου στο πεδίο;

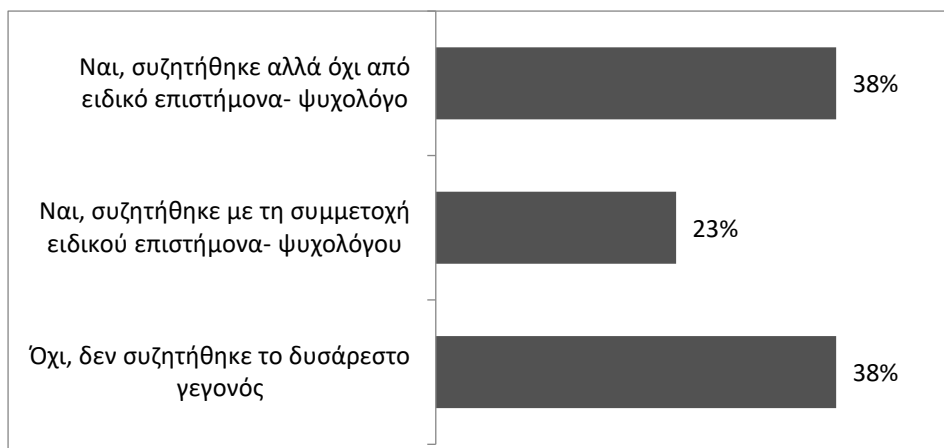
(πλήθος 48)



Πίνακας 16

Το τραυματικό γεγονός συζητήθηκε με ειδικό επιστήμονα-ψυχολόγο κατά το Debriefing;

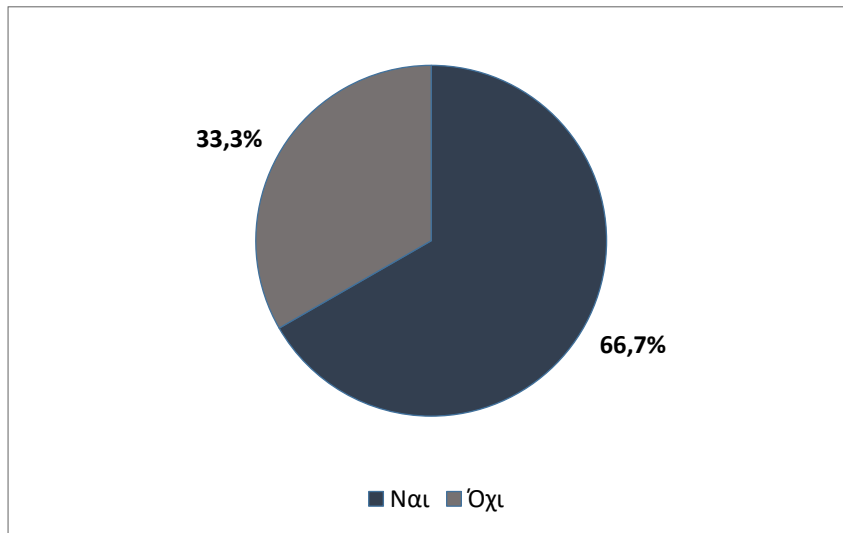
(πλήθος 13)



Πίνακας 17

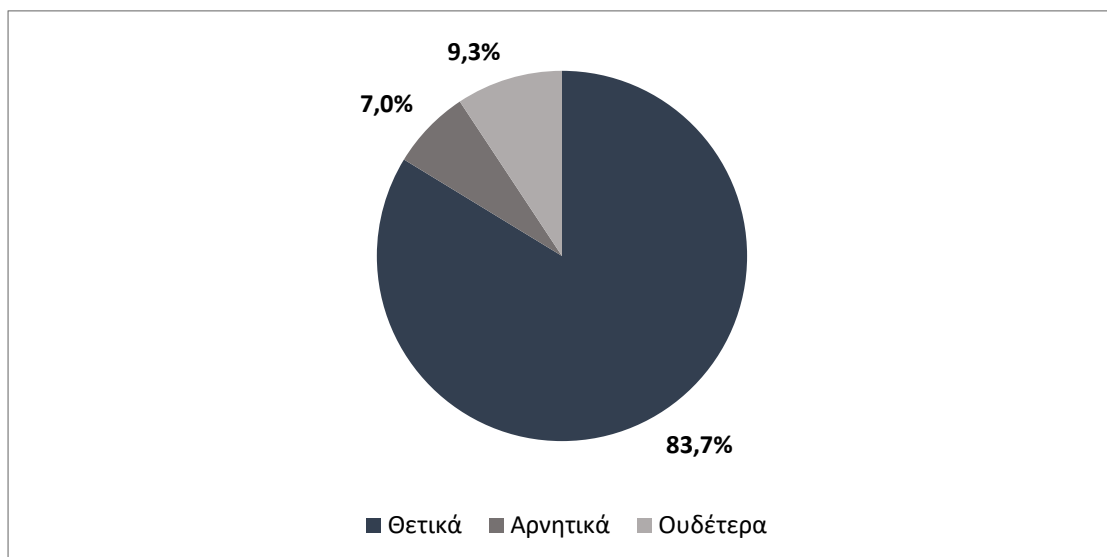
Βοηθηθήκατε ψυχολογικά από τη συνδρομή του ψυχολόγου;

(δείγμα πολύ μικρό με μόλις δύο στα τρία άτομα)



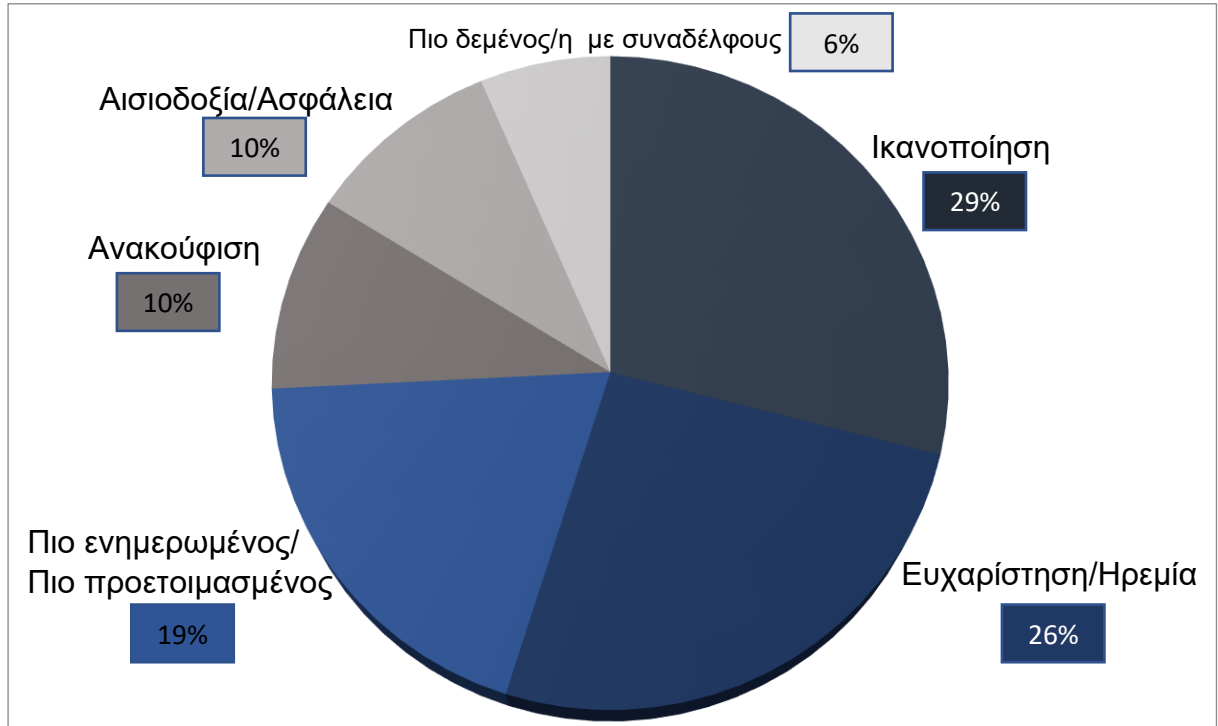
Πίνακας 18

Θετικά, αρνητικά ή ουδέτερα συναισθήματα μετά το Debriefing;



Πίνακας 19

Συναίσθημα που κυριαρχούν στους συμμετέχοντες μετά το Debriefing



BIBΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Gardner, Roxane. "Introduction to Debriefing." *Seminars in Perinatology, Simulation in Maternal Fetal Medicine*, 37, no. 3 (June 1, 2013): 166–74.
<https://doi.org/10.1053/j.semperi.2013.02.008>.
2. Riley, Richard H. *Manual of Simulation in Healthcare*. Oxford University Press, 2008.
3. "Briefing and Debriefing." Accessed February 3, 2021.
<https://www.app.college.police.uk/app-content/operations/briefing-and-debriefing/>
4. Allspaw, John, Morgan Evans, and Daniel Schauenberg. "Debriefing Facilitation Guide," 2016, 30.
5. "How Debriefing Strategies Can Improve Student Motivation and Self-Efficacy in Game-Based Learning - Cigdem Uz Bilgin, Youngkyun Baek, Hyungsung Park, 2015." Accessed February 3, 2021.
<https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0735633115598496>
6. Ulmer, Francis F., Rana Sharara-Chami, Zavi Lakissian, Martin Stocker, Ella Scott, and Peter Dieckmann. "Cultural Prototypes and Differences in Simulation Debriefing." *Simulation in Healthcare* 13, no. 4 (August 2018): 239–46.
<https://doi.org/10.1097/SIH.0000000000000320>
7. Corporate Finance Institute. "Hofstede's Cultural Dimensions Theory - Overview and Categories." Accessed March 5, 2021.
<https://corporatefinanceinstitute.com/resources/knowledge/other/hofstedes-cultural-dimensions-theory/>
8. Chung, Hyun Soo, Peter Dieckmann, and Saul Barry Issenberg. "It Is Time to Consider Cultural Differences in Debriefing." *Simulation in Healthcare: Journal of the Society for Simulation in Healthcare* 8, no. 3 (June 2013): 166–70.
<https://doi.org/10.1097/SIH.0b013e318291d9ef>
9. Lovell-Hawker, Dr Debbie. "Debriefing Aid Workers: A Comprehensive Manual," 2004, 82.
10. Mitchell, Jeffrey T. "Critical Incident Stress Debriefing (CISD)," n.d., 10.
11. Dyregrov, Atle. "The Process in Psychological Debriefings." *Journal of Traumatic Stress* 10, no. 4 (October 1, 1997): 589–605. <https://doi.org/10.1023/A:1024893702747>
12. Gian Paolo Cimellaro. 'Urban Resilience for Emergency Response and Recovery', Springer International Publishing Switzerland 2016, <https://doi.org/10.1007/978-3-319-30656-8>.

13. “What Is PTSD?” Accessed March 12, 2021. <https://www.psychiatry.org/patients-families/ptsd/what-is-ptsd>
14. Beaglehole, Ben, Roger T. Mulder, Chris M. Frampton, Joseph M. Boden, Giles Newton-Howes, and Caroline J. Bell. “Psychological Distress and Psychiatric Disorder after Natural Disasters: Systematic Review and Meta-Analysis.” *The British Journal of Psychiatry* 213, no. 6 (December 2018): 716–22. <https://doi.org/10.1192/bjp.2018.210>
15. Alexander, David A., and Susan Klein. “Ambulance Personnel and Critical Incidents: Impact of Accident and Emergency Work on Mental Health and Emotional Well-Being.” *The British Journal of Psychiatry* 178, no. 1 (January 2001): 76–81. <https://doi.org/10.1192/bjp.178.1.76>
16. Φ. Κατσαβούνη, Ε. Μπεμπέτσος, ‘Διαταραχή μετατραυματικού stress σε πυροσβέστες και πληρώματα ασθενοφόρων μετά από μαζικές απώλειες υγείας’. Athens Medical Society www.mednet.gr/archives ARCHIVES OF HELLENIC MEDICINE: ISSN 11-05-3992
17. Alvarez, Jennifer, and Melissa Hunt. “Risk and Resilience in Canine Search and Rescue Handlers after 9/11.” *Journal of Traumatic Stress* 18, no. 5 (2005): 497–505. <https://doi.org/10.1002/jts.20058>
18. Brady, Kathleen T. “Posttraumatic Stress Disorder and Comorbidity: Recognizing the Many Faces of PTSD.” *J Clin Psychiatry*, n.d., 4. (1997);58[suppl 9]:12-15
19. Deahl, M. P., and J. I. Bisson. “Dealing with Disasters: Does Psychological Debriefing Work?” *Emergency Medicine Journal* 12, no. 4 (December 1, 1995): 255–58. <https://doi.org/10.1136/emj.12.4.255>.
20. Kearns, Megan C., Kerry J. Ressler, Doug Zatzick, and Barbara Olasov Rothbaum. “Early Interventions for Ptsd: A Review.” *Depression and Anxiety* 29, no. 10 (2012): 833–42. <https://doi.org/10.1002/da.21997>
21. Deahl, Martin, Michael Srinivasan, Norman Jones, Janice Thomas, Carl Neblett, and Allan Jolly. “Preventing Psychological Trauma in Soldiers: The Role of Operational Stress Training and Psychological Debriefing.” *British Journal of Medical Psychology* 73, no. 1 (2000): 77–85. <https://doi.org/10.1348/000711200160318>
22. Rose, Suzanna C., Jonathan Bisson, Rachel Churchill, and Simon Wessely. “Psychological Debriefing for Preventing Post Traumatic Stress Disorder (PTSD).” *Cochrane Database of Systematic Reviews*, no. 2 (2002). <https://doi.org/10.1002/14651858.CD000560>.
23. Robinson, Robyn C., and Jeffrey T. Mitchell. “Evaluation of Psychological Debriefings.” *Journal of Traumatic Stress* 6, no. 3 (1993): 367–82. <https://doi.org/10.1002/jts.2490060307>.

24. Emmerik, Arnold AP van, Jan H Kamphuis, Alexander M Hulsbosch, and Paul MG Emmelkamp. "Single Session Debriefing after Psychological Trauma: A Meta-Analysis." *The Lancet* 360, no. 9335 (September 7, 2002): 766–71. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(02\)09897-5](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(02)09897-5)
25. MacDonald, Catherine M. "Evaluation of Stress Debriefing Interventions with Military Populations." *Military Medicine* 168, no. 12 (December 1, 2003): 961–68. <https://doi.org/10.1093/milmed/168.12.961>
26. Tannenbaum, Scott I., and Christopher P. Cerasoli. "Do Team and Individual Debriefs Enhance Performance? A Meta-Analysis." *Human Factors* 55, no. 1 (February 1, 2013): 231–45. <https://doi.org/10.1177/0018720812448394>
27. Regehr, Cheryl. "Crisis Debriefing Groups for Emergency Responders: Reviewing the Evidence." *Brief Treatment and Crisis Intervention* 1 (September 1, 2001): 87–100. <https://doi.org/10.1093/brief-treatment/1.2.87>
28. Sonya Healy, Mark Tyrrell. "Importance of Debriefing Following Critical Incidents." Text, August 28, 2012. <https://doi.org/10.7748/en2013.03.20.10.32.s8>.
29. Adler, Amy B., Carl Andrew Castro, and Dennis McGurk. "Time-Driven Battlemind Psychological Debriefing: A Group-Level Early Intervention in Combat." *Military Medicine* 174, no. 1 (January 1, 2009): 21–28. <https://doi.org/10.7205/MILMED-D-00-2208>.
30. Raphael, Beverley, Lenore Meldrum, and A. C. Mcfarlane. "Does Debriefing after Psychological Trauma Work?" *BMJ* 310, no. 6993 (June 10, 1995): 1479–80. <https://doi.org/10.1136/bmj.310.6993.1479>