

ISP® for Coronavirus

Immediate Stabilization Procedure

Field Manual

(March 13, 2020)

Contact Information: Gary Quinn, M.D.

QUELLI CHE HANNO INFETTATO LA FAMIGLIA

"E' TUTTA COLPA MIA",

Presupposti di base ISP®:

1. Cognizione negativa (NC): Nota: qualunque cosa venga detta spontaneamente, NON chiedere l'NC. Di solito, i seguenti sono i tipi di NC ascoltati o impliciti: • "Questo è terribile" o "È orribile".
• "Ed è tutta colpa mia" .
2. Cognizione positiva (PC): Nota Di solito, i seguenti sono i tipi di PC ascoltati o impliciti: • "puoi imparare ad affrontare questo". • "È nel passato (quella scena) È finita. • "Hai fatto del tuo meglio con le informazioni che avevi in quel momento" .
3. Emozione supposta: • L'emozione presunta è una colpa schiacciante.
4. Unità soggettive di disturbo (SUD) 0-10 dove 0 = nessun disturbo o neutro - 10 = il massimo disturbo. Nota: di solito i SUD = 7-10 sulla scala.
5. Sensazione del corpo: Consiste in reazioni corporee osservabili come tensione muscolare, respiro rapido o sensazione di polso.

Passaggio 1: Introduzione

Il primo soccorritore indipendente dell'infermiera prende un SUD mentre indica la carta o dice.
Di: "Su una scala da 0 a 10, dove 0 non è disturbo o neutro e 10 è il peggiore disturbo che puoi immaginare, quanto è inquietante adesso? "

Presentati al chiamante o al paziente

Di' "Il mio nome è _____ (indica il tuo nome)".

Di ': "Sono qui per aiutarti."

Di ': "Come ti chiami?"

Di ': "In una frase, dimmi qual è la tua preoccupazione?" "Ho solo bisogno di sentire una frase o due per poterti aiutare"

Passaggio 2: preparazione

È importante ottenere l'autorizzazione verbale / consenso informato.

Di ': "Esiste una procedura che ha aiutato altre persone e penso che ti sarà utile".

Di: "Puoi toccare o le tue ginocchia o le spalle toccando il telefono o guardandomi toccare me stesso" Se il dispositivo presenta "Puoi accendere il dispositivo e tenerlo tra le mani" Il tocco ti aiuterà a sentire più

calmo”.

Di ': “Va bene con te? Continuerò, a meno che tu non mi dica di smettere. ”

Di ': "Per sapere come aiutarti meglio, per favore dimmi o indica (su questa carta) come disturbato ti senti ora su questa scala 0-10 dove 0 non è disturbo o neutro e 10 è il peggior disturbo immaginabile. Quanto ti disturba adesso? ”

Nota: applicare quanto segue secondo necessità:

ISP®: SUDS = 5 e versioni successive. Continua fino a quando SUD = 4, anche se puoi continuare fino a SUD = 2, se c'è tempo sufficiente.

Dai una spiegazione delle reazioni fisiche.

Di " _____ (indica il nome del paziente), sei stressato in questo momento ed è per questo che ti senti sopraffatto, ansioso, stai respirando velocemente o senti il battito del tuo cuore più veloce" . È la reazione del tuo corpo a ciò che potrebbe accadere o sta accadendo. "

Passaggio 3: stabilizzazione

Obiettivo: comunicare un livello adeguato di responsabilità e che ciò che è accaduto è successo. Ma può imparare ad affrontarlo. Introdurre la stimolazione bilaterale (BLS) con il tocco. Ogni set è composto da 30-90 passaggi (un passaggio = tocco destro quindi tocca a sinistra). Fai 1-2 passaggi al secondo per 30 secondi a 1 minuto. Usa una velocità elevata.

Di "Tocca con me sulle ginocchia o sulle spalle". Se hanno un dispositivo: "Accendi il dispositivo e tienilo leggermente tra le mani" Se al telefono, tocca rapidamente per indicare alternativamente di toccare alternativamente ginocchia o spalle Inizia la stimolazione bilaterale alternata. Ripeti queste frasi mentre tocchi più di 1-2 minuti:

Di ': "Hai fatto il meglio che potevi con le informazioni che avevi e puoi imparare a gestirlo"

Di ': "Anche se questo può essere orribile e travolgente ora, puoi imparare a gestirlo"

Di ': "Puoi imparare a gestirlo".

Di ': "Fai un respiro. Lasciarlo andare. Che cosa stai notando? "

Di ' "stai su questo".

Ripeti queste frasi mentre tocchi da 1-2 minuti: Per chi si sente male: Ogni 2 a 4 di queste frasi puoi dire: "Puoi imparare a gestire questo"

Di ': "Quella scena è nel passato".

Di ': "È finita".

Di ': "Ora sei qui (menziona il luogo e l'ora)"

Di ': "Hai fatto il meglio che potevi con le informazioni che avevi in quel momento".

Di ': "Puoi imparare a gestire questa scena passata che è finita" "Quello che è successo è successo e non puoi cambiarlo --- ma puoi imparare a gestirlo

Di ': "In momenti come questo, è comune cercare qualcuno responsabile di questo terribile incidente. Potresti incolpare te stesso o incolpare gli altri. Ma, in questo momento, qualunque sia la ragione per cui è successo e che è una cosa orribile, è finita. Ora è finita. " Aggiungi BLS.

Quindi di: "Per qualsiasi motivo, è successo. È orribile. Ma puoi essere qui in questo momento perché riconoscendo che sei qui adesso e puoi imparare a gestirlo. Il tuo essere qui e il tuo corpo calmante possono aiutarti ad affrontare le altre cose che dovrai fare in seguito. Se il problema persiste, può essere risolto in un secondo momento. "

Di ': "Fai un respiro. Lasciarlo andare. Che cosa stai notando? "

Di ': "Per favore, dimmi o indica (su questa carta) quanto ti senti disturbato ora su questa scala 0-10 dove 0 non c'è disturbo o neutro e 10 è il peggior disturbo immaginabile. Quanto è inquietante per te adesso?"

Nota: se i SUD = 7 o superiori, ripetere le frasi collegate a "Mentre si sta toccando". Se i SUD = 5 o inferiori e c'è tempo, prova a raggiungere i SUD = 2 e vai alla Fase 4.

Passaggio 4: rafforzare la cognizione positiva

Di ': "Sai che puoi imparare a gestirlo?" (Se non sono in grado di riconoscere, possono imparare a gestirlo, tornare indietro e ripetere la stabilizzazione (passaggio 3) Quando rispondono possono imparare a gestirlo, quindi fare un'altra serie di 1-2 minuti di intercettazione bilaterale alternata per rafforzare questo.

Passaggio 5: Body Scan

Body Scan non viene eseguito formalmente. Ma ci sarà un notevole rilassamento del corpo (o della voce), sarà in grado di passare alla Fase di Chiusura.

Passaggio 6: chiusura

Aiuta il paziente / testimone a tornare al mondo esterno:

Di, se provi travolgimento o angoscia fai più autofilettanti (o usa i tapper) Se quest'ultimo può chiamare o tornare indietro Fornire al paziente / testimone una scheda informativa:

Di: "Ecco un numero che puoi chiamare se vuoi seguire o hai bisogno di aiuto." Il primo soccorritore o infermiere indipendente prende la pressione sanguigna e il polso del paziente / testimone. Quindi chiede i SUD.

Di ': "Per favore, dimmi o indica (su questa carta) quanto ti senti disturbato ora su questa scala 0-10 dove 0 non c'è disturbo o neutro e 10 è il peggior disturbo immaginabile. Quanto è inquietante per te adesso?"

Fornire loro le informazioni di contatto di altri che possono aiutare.

Di ': "Sarebbe bene contattarti entro circa un mese per vedere come stai?" Se il paziente / testimone è d'accordo, prendere le sue informazioni:

Nome: _____ Telefono: _____