

Polskie Towarzystwo Psychologiczne rekomenduje przyjęcie nazwy "Pomoc Przedpsychologiczna" w odniesieniu do pierwszej pomocy psychospołecznej świadczonej wobec osób w kryzysie, przez osoby niebędące psychologami.

Kształtowanie w społeczeństwie umiejętności potrzebnych dla udzielenia pomocy i wsparcia drugiemu człowiekowi w reakcji na sytuację nagłą i zagrażającą, stanowi ważny element ograniczający skutki urazu fizycznego i psychicznego. Odnosi się to zarówno do pierwszej pomocy w zakresie zdrowia somatycznego, jak i psychicznego. Celem pierwszej pomocy w obszarze zdrowia psychicznego jest zapewnienie poczucia bezpieczeństwa i komfortu, zaspokojenie praktycznych potrzeb, stabilizowanie reakcji psychicznej, wspieranie samodzielnego radzenia sobie oraz dostarczanie innych zasobów psychospołecznych. Znany na całym świecie, amerykański program interwencji (PFA) jest programem praktycznym, elastycznym, przeznaczonym dla każdego, kto udziela wsparcia nieprofesjonalnego. Program ten został zaadaptowany na potrzeby polskiego odbiorcy bez uznania kontekstu naukowego i prawnego obowiązującego w zakresie psychologii i usług psychologicznych. To co wzbudza kontrowersje w środowisku psychologów, to przetłumaczona z języka angielskiego nazwa "Pierwsza Pomoc Psychologiczna" będąca kalką językową angielskojęzycznej nazwy Psychological First Aid (PFA).

W rodzimym porządku prawnym i merytorycznym, "pomoc psychologiczna" stanowi ustawowo zapisaną kompetencje uprawiania zawodu psychologa. Psycholodzy posiadają odpowiednie wykształcenie, przygotowanie teoretyczne i praktyczne do prowadzenia oddziaływań psychologicznych. Te oddziaływania zostały zdefiniowane w Ustawie z dnia 8 czerwca 2001 r. o zawodzie psychologa i samorządzie zawodowym psychologów ("Wykonywanie zawodu psychologa polega na świadczeniu usług psychologicznych, a w szczególności na (...) udzielaniu pomocy psychologicznej"). W aktualnie procedowanej Ustawie o zawodzie psychologa i samorządzie zawodowym psychologów również zawarty jest zapis mówiący o pomocy psychologicznej, jako realizacji zawodu psychologa. Stosowanie przez nieprofesjonalistów oddziaływań pomocy psychologicznej, zastrzeżonych dla osób z wykształceniem psychologicznym, rodzi ryzyko podejrzenia o łamanie przepisów prawa. Ponad wszystko jednak niesie to ryzyko dla zdrowia psychicznego świadczeniobiorców, dzieci, młodzieży i dorosłych. Aby świadczyć pomoc psychologiczną należy uprzednio wykonać w tym procesie diagnostykę psychologiczną, której osoba bez wykształcenia psychologicznego nie może uczynić, a w konsekwencji nie jest w stanie świadczyć dopasowanej, celowanej pomocy psychologicznej. Rezerwacja terminu "pomoc psychologiczna" dla psychologów pozwoli utrzymać pewność osób korzystających z tej formy pomocy, że realizatorzy usług to odpowiednio wykształceni i wykwalifikowani specjaliści. Rozmywanie nazewnictwa skutkuje tym, że osoby bez wykształcenia psychologicznego, mogą oferować swoje usługi jako "pomoc psychologiczną", albo szkolić z metod i technik zarezerwowanych dla specjalistów zdrowia psychicznego (taki proceder ma już miejsce).

W związku z powyższym podkreślamy, że sformułowanie "pomoc psychologiczna" powinno być zarezerwowane wyłącznie dla profesjonalnych usług świadczonych przez psychologów. Dla określenia pierwszej pomocy świadczonej przez nieprofesjonalistów odpowiednią będzie terminologia "pomoc przedpsychologiczna", która podobnie jak w przypadku pomocy przedmedycznej, podkreśla jej „przed profesjonalny” charakter. Mimo, iż "pomoc przedpsychologiczna" brzmi mniej przyjaźnie językowo, to

rozdzielenie w warstwie merytorycznej i semantycznej jest tu niezwykle ważne. Przyjmując analogię do pierwszej pomocy w obszarze zdrowia somatycznego, czyli pomocy przedmedycznej, podkreślamy naturalny, spontaniczny charakter pomocy udzielanej w sytuacji nagłej, w relacji człowiek - człowiek. Zgadza się, że każdy powinien posiadać wiedzę i umiejętności konieczne dla szybkiego reagowania - tak pomocy przedmedycznej, jak i przedpsychologicznej. W obu przypadkach mowa jest o pomocy udzielanej przez nieprofesjonalistów.

W warstwie merytorycznej sformułowanie "pomoc przedpsychologiczna" odpowiada intencji zawartej w programie PFA, traktującej ów pomoc jako narzędzie, które może zostać użyte przez każdego człowieka, aby zmniejszyć poziom stresu, wykorzystując konkretne zasady i umiejętności podstawowego wsparcia psychospołecznego (niebędące stricte pomocą psychologiczną). Zakłada się, że użycie odpowiednich strategii wobec osoby będącej w kryzysie, pozwoli dotrzeć do momentu uzyskania profesjonalnej pomocy, a w niektórych przypadkach może nawet sprawić, że stanie się ona zbędna. Wsparcie społeczne jest bezsprzecznie predyktorem zdrowia psychicznego, co sprawia, że warto, a nawet należy je wspierać i promować.

Konsekwentne używanie terminu "pomoc psychologiczna" dla usług świadczonych wyłącznie przez psychologa pozwala na wyraźne oddzielenie działań profesjonalistów od działań osób niewykwalifikowanych. Pozwoli to na ochronę granic zawodu, uniknięcie nadużyć i wprowadzania w błąd osób korzystających z usług psychologicznych. Dodatkowo utrzymanie dotychczasowej nomenklatury chroni dorobek profesji psychologa i zapobiega obniżeniu wartości pomocy specjalistycznej w społeczeństwie, co jest kluczowe dla zapewnienia bezpieczeństwa i skuteczności pomocy w obszarze zdrowia psychicznego. W związku z powyższym Polskie Towarzystwo Psychologiczne, jako największe w Polsce wskazujemy konieczność zachowania transparentności oraz ochrony granic zawodu psychologa i sprzeciwiamy się używaniu nazwy „Pierwsza Pomoc Psychologiczna” w kontekście pomocy udzielanej przez osoby niebędące psychologami. Rekomendujemy używanie nazwy "Pomoc Przedpsychologiczna" (ewentualnie „Pierwsza Pomoc Przedpsychologiczna”), analogicznie do pomocy przedmedycznej, co wydaje się adekwatne w odniesieniu do podstawowych interwencji pomocowych wykonywanych przez osoby niemające wykształcenia psychologicznego, w sytuacjach kryzysowych.

Zarząd Główny Polskiego Towarzystwa Psychologicznego