



Три сердца

дети • врачи • родители



ДНЕВНИК ПОДДЕРЖКИ ВРАЧА
В СИТУАЦИИ ПОТЕРИ ПАЦИЕНТА

«Нельзя упрекать врача за то, что он
не в силах победить неизлечимые болезни».

Гиппократ





Дорогой врач, этот дневник поддержки создан для того, чтобы помочь тебе справиться с различными переживаниями в ситуации потери пациента. Привыкнуть к смерти невозможно, даже если ты видишь ее каждый день или встретился с ней впервые на своем профессиональном пути.

После смерти пациента, возможно, ты будешь прокручивать в голове много раз фразу "что можно было сделать еще". Возможно, ты будешь злиться на себя, коллег или на ситуацию. Возможно, ты будешь чувствовать вину, даже если на это не будет никаких объективных причин. Может быть, ты будешь чувствовать опустошенность, разочарование и подавленность. Такие переживания характерны для состояния горевания. Не смотря на то, что это - профессиональная ситуация, врача это может задевать лично.

Мы предлагаем тебе подумать над следующими вопросами в момент тяжелых мыслей, лучше даже записать их. Ты можешь возвращаться к некоторым из них, когда посчитаешь нужным, или какие-то вопросы пропустить, если не захочется на них отвечать.

Вспомни, пожалуйста, что ты и твои коллеги успели сделать для пациента?

Что получилось сделать хорошо?

*С кем из коллег ты делился своими переживаниями или мыслями
об этом пациенте?*

*Что тебе удалось сделать для облегчения страданий пациента,
если они были или могли быть?*

На какие сложные вопросы своего пациента или его близких тебе приходилось подбирать слова, отвечая на них, чтобы их не ранить?

Возможно, у тебя получилось собрать какие-то памятные вещи о пациенте и передать их близким?

*Вспомни, как часто тебе приходилось думать о своем пациенте?
Наверняка были дни, когда ты мог подбодрить своего пациента
и успокоить его своей уверенной улыбкой, или в момент отчаянья
ты поддержал его рукопожатием.*

*Какие фразы ты говорил своему пациенту и его близким,
чтобы их поддержать?*

*Какие фразы ты говорил своему пациенту и его близким,
чтобы их поддержать?*

*Если бы твой коллега нуждался в поддержке,
чтобы ты смог ему сказать в подобной ситуации?*

С кем ты можешь поговорить о своих чувствах?

Что тебя сейчас может поддержать?

*Если бы тебя видел человек, которого ты уважаешь
(чье мнение тебе ценно и важно), чтобы он тебе сказал?*

*Вспомни, сколько твоих пациентов были тебе благодарны за твою работу?
Постарайся найти в своих сообщениях от пациентов добрые слова
и слова благодарности за твою работу.*

Вспомни, почему ты решил стать врачом?

В какие моменты своей работы ты понимал(а), что ты на своем месте?

*Что помогает тебе оставаться врачом
в трудные для тебя времена?*

Подумай, скольким пациентам ты можешь помочь в будущем?

*Какие истории из твоего опыта поддерживают тебя
в желании помочь людям?*

Как твои переживания могут повлиять на твою работу, на твою жизнь?



АНО Центр поддержки детей с врожденными пороками развития "ТРИ СЕРДЦА" - благотворительная организация, которая объединяет усилия родителей, врачей и психологов.

Мы оказываем бесплатную информационную поддержку и профессиональную психологическую помощь семьям детей с врожденными пороками развития и медикам, работающим с ними.

Кто может к нам обращаться:

- Родители и родственники детей с ВПР любого возраста;
- Беременные женщины с установленным диагнозом ВПР у плода;
- Родители, находящиеся в ситуации перинатального выбора;
- Родители, чьи дети готовятся или проходят длительную госпитализацию/оперативное вмешательство, находятся в отделении реанимации;
- Родители, переживающие потерю беременности (в том числе прерывание по медицинским показаниям);
- Родители, переживающие потерю ребенка;
- Медицинские специалисты, оказывающие помощь семьям детей с ВПР и беременным, ожидающим рождения ребенка с ВПР

Все формы работы подразумевают конфиденциальность и добровольность. Все формы поддержки проводятся квалифицированными психологами центра, которые подбираются с учетом специфики запроса и ситуации клиента.

Телефон горячей линии **8 800 200 86 05**

ВКонтакте группа АНО «Три сердца» <https://vk.com/3hearts>

Почта help@3hearts.ru

Сайт www.3hearts.ru

Материал создан при финансовой поддержке
Фонда президентских грантов

