



INFOLINIE (ONLINE) WSPARCIA OSÓB W KRYZYSIE

Co to jest?

Infolinie wsparcia osób w kryzysie to **cyfrowe narzędzia**, które umożliwiają ludziom w trudnej sytuacji odnalezienie pomocy i wsparcia. Te platformy oferują przestrzeń do poufnych rozmów z wyszkolonymi specjalistami, pozwalając użytkownikom przedstawiać swoje uczucia, myśli i obawy.



Jak to może wpływać na zdrowie seksualne i reprodukcyjne młodzieży?

Wykorzystanie tych infolinii jako platform dla młodych ludzi, poufnych i nieosądzających, aby mogli poruszać kwestie związane ze zdrowiem seksualnym i reprodukcyjnym, jest niewątpliwie cenne. Te cyfrowe zasoby umożliwiają młodym osobom szukanie wsparcia i informacji na tematy takie jak zdrowie reprodukcyjne, relacje oraz tożsamość seksualna i płciowa bez obawy stygmatyzacji, co czyni je istotnym elementem nowoczesnej edukacji z zakresu zdrowia seksualnego i reprodukcyjnego. Wspomniane infolinie interwencyjne zyskują jeszcze większe znaczenie, gdy chodzi o wsparcie wrażliwych grup z obszaru zdrowia seksualnego i reprodukcyjnego, takich jak młodzież LGBT+. Te platformy tworzą bezpieczne i anonimowe miejsce, w którym osoby LGBT+ mogą otwarcie omawiać kwestie zdrowia seksualnego i reprodukcyjnego, nie obawiając się dyskryminacji czy uprzedzeń. Oferują one przestrzeń bez osądzania, do dyskusji na temat kwestii związanych z orientacją seksualną, tożsamością płciową oraz nietypowymi wyzwaniem, przed którymi stoi ta społeczność. Linie te, poprzez swoje podejście niestosujące dyskryminacji i inkluzję, umożliwiają młodzieży LGBT+ szukanie wsparcia i zasobów dostosowanych do ich konkretnych potrzeb, budując poczucie akceptacji i zrozumienia, którego może brakować w ich środowiskach offline.

Jednak skuteczność tych infolinii zależy od jakości świadczonych usług. Może dochodzić do dezinformacji lub udzielania niekompetentnych porad, jeśli infolinia nie jest odpowiednio prowadzona i nie posiada wyszkolonych specjalistów.



Te infolinie mogą przyjmować różne formy:

Serwisy oparte na wiadomościach tekstowych: Wiele infolinii oferuje usługi oparte na tekście, umożliwiając młodzieży komunikację za pomocą wiadomości tekstowych z wyszkolonymi doradcami lub wolontariuszami. Młodzież może skorzystać z usługi w dogodnym dla siebie czasie, co czyni tę metodę szczególnie dostępną dla tych, którzy mogą czuć się niekomfortowo w tradycyjnych rozmowach telefonicznych lub bezpośrednich kontaktach.

Platformy do czatowania: Te platformy oferują sesje czatu na żywo, pozwalając młodzieży na natychmiastowe rozmowy z wykwalifikowanymi specjalistami. Jest to szczególnie przydatne do rozwiązywania pilnych kwestii związanych ze zdrowiem seksualnym i reprodukcyjnym, gdzie natychmiastowe odpowiedzi są kluczowe.

Serwisy oferujące wideokonferencje: Dla młodzieży preferującej bardziej osobisty kontakt, niektóre linie interwencyjne oferują opcję wideokonferencji, gdzie można prowadzić rozmowy z profesjonalistami twarzą w twarz. Zapewnia to połączenie z człowiekiem, przy jednoczesnym utrzymaniu komfortu korzystania z platformy cyfrowej.



Jakie są sposoby wspierania młodzieży?

- Ucz młodzież, że są dostępne wiarygodne online telefoniczne linie interwencji w kryzysie, dotyczącym zdrowia seksualnego i psychicznego. Przegląd organizacji działających w Europie, można znaleźć pod tym linkiem: <https://www.mhe-sme.org/library/youth-helplines/>
- Podkreśl znaczenie szukania porad od wykwalifikowanych specjalistów z zakresu zdrowia psychicznego i seksualnego, zamiast polegania wyłącznie na radach z infolinii, jeśli nie są obsadzone wykwalifikowanymi pracownikami.
- Naucz młodzież, jak jasno wyrażać swoje obawy podczas interakcji z profesjonalistami za pomocą platform opartych na tekście.
- Wyposaź młodzież w techniki radzenia sobie z emocjami i stresem podczas poszukiwania wsparcia online.
- Podkreśl konieczność kontynuacji rozmów offline, zachęcając młodzież do nawiązywania kontaktu z lokalnymi specjalistami w celu uzyskania dalszej pomocy, jeśli to konieczne.



Powiązane zjawiska/narzędzia cyfrowe:

Zobacz:

- Obecność "bezpiecznych miejsc" online dla grup marginalizowanych
- Znajomość swoich praw: Dostępność platform/mediów
- Uzależnienie od internetu

Bibliografia:

- Halford, Emily, Lake, Alison, and Gould, Madelyn. "Crisis Hotlines." (2021). 10.1093/med/9780198834441.003.0053.
- Brody, Carinne & Star, Alaina & Britton, Jasmine. (2020). Chat-based hotlines for health promotion: a systematic review. mHealth. 6. 36. 10.21037/mhealth-2019-di-13.

