

Τυπολογία Θυμάτων

You CAN'T
pour from an
EMPTY cup

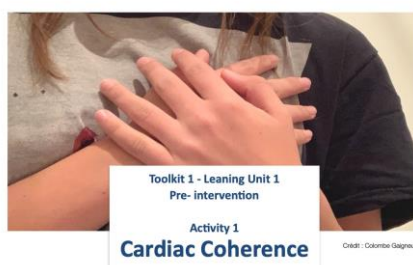


Ελέγξτε αν οι ακόλουθες προτάσεις ισχύουν για εσάς	Η απάντησή σας	Τυπολογία θύματος
Υποφέρατε από τον άμεσο αντίκτυπο του συμβάντος;	<input type="checkbox"/>	Τύπος 1
Υπήρξε κάποιος κοντινός σας άνθρωπος που επηρεάστηκε από το συμβάν, είτε θανών είτε επιζών;	<input type="checkbox"/>	Τύπος 2
Συμμετέχετε ως προσωπικό έκτακτης ανάγκης, πολιτικής ασφάλειας, ψυχολόγος, κοινωνικός λειτουργός, βοηθός θυμάτων ή άλλο, στο συμβάν;	<input type="checkbox"/>	Τύπος 3
Είναι (ήταν) η κοινότητά σας εκτεθειμένη στο συμβάν;	<input type="checkbox"/>	Τύπος 4
Έχετε προδιαθεσικούς παράγοντες που μπορεί να αυξάνουν την ευπάθειά σας σε ψυχολογικές διαταραχές ;	<input type="checkbox"/>	Τύπος 5
Αισθάνεστε ανησυχία για έμμεσους λόγους;	<input type="checkbox"/>	Τύπος 6
Αριθμός επιλεγμένων κουτιών	<input type="checkbox"/>	

Αν έχετε επιλέξει τουλάχιστον ένα κουτάκι, αφιερώστε χρόνο για να σκεφθείτε ότι και εσείς **συγκαταλέγεστε στα θύματα του συμβάντος και βοηθήστε πρώτα τον εαυτό σας!**

Παρακαλώ εξετάσετε το ενδεχόμενο να εξασκηθείτε σε αυτή τη δραστηριότητα : [καρδιακή συνοχή](#)

(κάντε κλικ στην εικόνα για να μεταφερθείτε άμεσα)



**Θέλετε να ελέγξετε αν είστε έτοιμοι να ξεκινήσετε ?
Λίστες ελέγχου**

Βοηθήστε τον εαυτό σας πριν προσπαθήσετε να βοηθήσετε τους άλλους

