



## Понимание психологической травмы беженцев: Для специалистов, ведущих первичный амбулаторный прием

Во время оказания первого медицинского приема семьи беженцев могут проявить беспокойство из-за функционирования ребенка дома или в школе, а специалисты могут обнаружить у него нарушения эмоционального здоровья или проблемы с поведением. Большинство детей-беженцев пережили травму, которая способна повлиять на их эмоциональное, поведенческое и физическое развитие. Однако многие дети-беженцы обладают устойчивой психикой и не проявляют симптомов травмы.

### 1

#### Как действовать специалисту

##### Как работать с беженцами, обратившимися за медицинской помощью?

- Задавайте вопросы, чтобы узнать больше о культуре семьи ребенка, ее языке и стране происхождения. Не стоит действовать на основе предположений.
- При предоставлении услуг по возможности учитывайте культурные и лингвистические особенности. Пользуйтесь услугами переводчиков и других специалистов по межкультурной коммуникации.
- Определите, какую роль родители и другие взрослые играют в жизни ребенка, и не нарушайте эту иерархию. Например, не используйте ребенка в качестве переводчика, даже если он говорит на языке вашего общения лучше, чем родители.

## 2

### Как работать с детьми (несовершеннолетними пациентами)

#### Как распознать наличие травмы на первичном амбулаторном приеме?

- Ребенок проявляет тревогу или жалуется на симптомы, связанные со стрессом.
- Родители озабочены поведением ребенка, проблемами с концентрацией и отсутствием интереса к учебе.
- Родителей беспокоит то, что ребенок выглядит подавленным, отрешенным или раздражительным.
- Родители сообщают о регрессе в развитии, проблемах со сном или истериках у маленьких детей.
- Родители или дети сообщают о соматических симптомах (боль в разных частях тела, головная боль, общая усталость).
- Узнайте, каковы проявления травмы у детей разных возрастных групп.



## 3

### Как работать с семьями

#### Как распознать наличие травмы в семье?

- Дети-беженцы и взрослые, которые о них заботятся, могут по-разному адаптироваться к культуре принимающей страны, что может послужить дополнительным источником стресса и конфликтов внутри семьи. Это может особенно остро проявляться в семьях подростков.
- Родители и другие взрослые могут находиться под влиянием собственного ранее полученного опыта или новой травмы, что сказывается на функционировании семьи.
- Стресс из-за изменения социального окружения может влиять на поведение взрослых и стратегии и методы воспитания. К примеру, в культурах, где традиционно сильна роль коллектива, за детьми вне дома присматривают все члены общины. В новом окружении представители таких культур могут чувствовать себя в изоляции.

#### Как специалист может помочь?

- Расскажите всем членам семьи, что совершенно нормально, если дети-беженцы и их родители будут адаптироваться к новой культуре по-разному. Напомните, что их ежедневный опыт сильно различается: например, дети ходят в школу. Здесь же можно указать, что ребенок уже проявляет устойчивость, обучаясь жить в двух или нескольких культурах одновременно, и признать, что родители вправе переживать из-за этого, если для них важна приверженность своей культуре.
- Следите за тем, не обнаружится ли у родителя собственный негативный опыт или новая травма, которые могут повлиять на его методы воспитания.
- Прислушайтесь к тому, что заботит семью. Факторы стресса, связанные с социальным окружением, могут усугубить симптомы травмы. Подсказав ресурсы, которые позволят семье решить самые неотложные вопросы, вы сможете уменьшить стресс и упрочить доверие.
- Осторожно используйте такие популярные термины, как «психическое здоровье» или «депрессия». В некоторых культурах более приемлемо говорить о конкретных видах поведения или о таких вещах, как стресс и адаптация.
- Помните, что во многих сообществах люди с нарушениями психического здоровья стигматизированы. Из-за этого семьи беженцев порой не решаются обращаться за психологической помощью.
- Рекомендую семье или ребенку обратиться к специалисту за психологической помощью, подчеркните, как эти услуги могут укрепить семейные ценности, например, если для взрослых важна хорошая успеваемость.

### Как специалисту взаимодействовать с региональной системой услуг, чтобы обеспечить пациентам-беженцам эмоциональную и иную поддержку?

- Узнайте, какую поддержку получает семья беженцев и кому из своего окружения доверяют ее члены.
- Укрепляйте доверие. Возможно, придется некоторое время завоевывать доверие семьи, чтобы она согласилась последовать вашим рекомендациям. По возможности формируйте у пациентов доверие к другим организациям, которые занимаются социальной работой или поддержанием психического здоровья.
- При необходимости помогите семье беженцев получить доступ к ресурсам, необходимым для решения вопросов с финансами, законами и жильем.
- Подберите занятия, которые помогут детям влиться в коллектив, как в школе, так и в общине.
- Отслеживайте организации и специалистов, которые предоставляют услуги по поддержанию психического здоровья в вашей общине, особенно тех, кто ориентирован на учет разности культур.
- Если ребенок находится в группе риска и нуждается в услугах по поддержанию психического здоровья, продумайте варианты сотрудничества со специалистом по межкультурной коммуникации или членом местной общины. Эти люди могут посоветовать, куда обратиться.



### Советы специалисту

Мы нередко считаем, что знаем, как может проявиться полученная ребенком психологическая травма. Однако сведения об индивидуальной ситуации семьи и ребенка могут быть крайне полезны.

Задавайте конкретные вопросы:

- Что привело вас в эту страну?
- Где жила ваша семья до того, как приехала сюда?
- Где родились ваши дети?

Если окажется, что ребенок или вся семья не готовы отвечать, не настаивайте. Постарайтесь быть дружелюбным при каждой встрече, и, возможно, со временем они станут более открытыми.

Попробуйте представить, с какими трудностями могла столкнуться семья. Подумайте о том, каково им пришлось. Помните, что они оставили дом, родных, друзей, работу и привычный образ жизни, а теперь вынуждены строить все заново на новом месте. Не забывайте, что переезд в другую страну потребовал от них силы и стойкости.