



Перевод подготовлен
Лингвистическим центром
Российского Красного Креста

ДАТСКОЕ ОБЩЕСТВО КРАСНОГО КРЕСТА

РУКОВОДСТВО ПО ВОПРОСАМ ОХРАНЫ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ И ОКАЗАНИЯ
ПСИХОСОЦИАЛЬНОЙ

ПОМОЩИ В УСЛОВИЯХ МИГРАЦИИ И ПЕРЕМЕЩЕНИЯ НАСЕЛЕНИЯ



Руководство по вопросам охраны психического здоровья и оказания психосоциальной помощи в условиях миграции и перемещения населения

Датский Красный Крест
Блегдамсвей 27
2100 Копенгаген О
Дания
+45 35 25 92 00
info@rodekors.dk
www.rodekors.dk

Разработано советниками по вопросам ПЗПСП и миграции, Датский Красный Крест.
Главные редакторы: Кристин Бентиен Фредериксен, Метте Норлинг Шмидт и Луиза Стин Крайгер.
Редакторы и рецензенты: Кароль Доделин, Пернилле Хансен, Ханс Сторгаард, Эмма Джейн Мосс, Пиа Лоренцен, Саня Пупачич, Сара Харрисон, Мишель Энгельс, Нозми Мону и Брайан Брейди.

Дизайн: Майкл Моссефин/Paramedia/13223
Фото на обложке: Нозми Мону
© Датский Красный Крест 2021

Выражаем огромную признательность всем национальным обществам Красного Креста и Красного Полумесяца и отдельным лицам, которые внесли свой вклад в подготовку данного руководства, предоставив конкретные примеры (кейсы), теоретический и практический материал. Мы благодарны всем, кто предоставил фотографии и предложил включить в руководство материал о проведенных мероприятиях. Мы благодарим также рецензентов. Мы хотели бы поблагодарить МИД Дании за финансирование подготовки и выпуска руководства, а также компании Paramedia и Lingo24 за подготовку макета и осуществление перевода на арабский и французский языки.

При необходимости перевести или адаптировать какую-либо часть Руководства по вопросам охраны психического здоровья и оказанию психосоциальной помощи в условиях миграции и перемещения населения, просим вас связаться с Датским Обществом Красного Креста. Просим направлять комментарии, отзывы и вопросы по адресу: mesch@rodekors.dk / loskr@rodekors.dk
Полный перечень материалов по проведению мероприятий по ОПЗПСП, в том числе в условиях миграции, доступен на сайте Центра психосоциальной помощи по адресу www.pscentre.org.

СОДЕРЖАНИЕ

ЧАСТЬ 1 РУКОВОДСТВО • 4

Введение • 5

Миграция, перемещение и Движение • 6

ПЗПСП и Движение • 7

ПЗПСП в условиях миграции и перемещения • 8

Отличается ли ОПЗПСП в условиях миграции и перемещения от ОПЗПСП в других ситуациях? • 9

Методы работы • 14

Основные принципы работы в целях укрепления психического здоровья и улучшения психосоциального состояния • 17

Применение принципов на практике • 23

Мероприятия по ОПЗПСП, которые могут быть реализованы в любых ситуациях • 23

Рекомендации и советы, которые необходимо учитывать в конкретных ситуациях • 24

ЧАСТЬ 2 ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ • 29

Введение • 30

Основные правила, которые необходимо учитывать при проведении мероприятий по ОПЗПСП в условиях миграции • 31

Сенсибилизация • 32

Виды деятельности • 33

Декоративно-прикладное искусство • 33

Спортивные, рекреационные и досуговые мероприятия • 34

Мероприятия по взаимодействию с сообществом • 35

ОПЗПСП Схема проведения мероприятий • 40

Справочник по проведению мероприятий • 42

Декоративно-прикладное искусство • 43

Спортивные, рекреационные и досуговые мероприятия • 60

Мероприятия по взаимодействию с сообществом • 67

Идет для проведения мероприятий • 69

Дополнительные материалы по вопросам ПЗПСП • 70



Часть 1

РУКОВОДСТВО

ВВЕДЕНИЕ

О РУКОВОДСТВЕ

Данное руководство предназначено для сотрудников ДКК, работающих в области миграции и перемещения людей, в целях оказания помощи при разработке, пересмотре и организации мероприятий по охране психического здоровья и оказанию психосоциальной помощи (ПЗПСП) совместно с национальным обществом Красного Креста в стране. В руководстве приводятся ссылки на источники, в которых более полно и детально рассматриваются данные вопросы.

Причины миграции людей могут быть разными. Люди могут вынужденно покидать свои места проживания в поисках убежищ, могут перемещаться в результате возникновения конфликта или стихийного бедствия, переезжать в поисках лучших или более безопасных условий жизни или в целях воссоединения с семьей. Независимо от причин, мигранты и перемещенные лица часто оказываются в ситуациях повышенной уязвимости, находясь в пути, в странах пребывания или по возвращении на места своего проживания.

Оказываясь в крайне сложных обстоятельствах, с которыми они зачастую не могут справиться, многие мигранты и перемещенные лица могут оказаться в стрессовой и опасной ситуации. Многие из них пережили насилие, иногда даже пытки, сексуальную эксплуатацию и сексуальное насилие. Также имеют место принудительный труд и риск оказаться жертвами торговли людьми. Находясь в пути, вследствие отсутствия защиты мигранты могут подвергаться различным рискам, таким как случайный арест, задержание, жестокое обращение, торговля людьми, сексуальное и гендерное насилие (СГН). Особенно высокими эти риски могут оказаться в отношении отдельных групп населения, таких как дети без сопровождения и женщины, путешествующие в одиночку.

Настоящий документ посвящен вопросам оказания психосоциальной помощи (ПСП) мигрантам и перемещенным лицам в различных условиях и ситуациях. Документ содержит руководство, основанное на опыте работы в области миграции и перемещения населения и осуществлению охраны ПЗПСП в рамках Движения, а также содержит рекомендации по организации мероприятий по ОЗПСП в различных условиях и ситуациях миграции и перемещения населения. Кроме того, данный документ включает в себя практическое руководство, содержащее конкретные рекомендации по проведению различного рода мероприятий по ОПЗПСП для мигрантов.

МИГРАЦИЯ, ПЕРЕМЕЩЕНИЕ И ДВИЖЕНИЕ

Гуманитарный долг Движения Красного Креста и Красного Полумесяца (Движение) состоит в оказании помощи людям, оказавшимся в кризисной ситуации, при этом особое внимание уделяется наиболее уязвимым группам населения. Серьезные испытания, с которыми люди часто сталкиваются при перемещении или миграции, порождают ситуацию повышенного риска возрастания уязвимости или усугубления существующих факторов уязвимости.

Имея за плечами многолетнюю историю работы в области миграции и перемещения, Движение взяло на себя заботу о нуждах мигрантов и перемещенных лиц. В политике МФОККиКП по вопросам миграции 2009 года и Глобальной миграционной стратегии на 2018-2022 годы, которыми мы руководствуемся в своей работе, определено, что наш подход в вопросах миграции учитывает потребности, правые аспекты и базируется на основополагающих принципах Движения. Поэтому в основе нашей работы с мигрантами и перемещенными лицами лежит принцип признания их человеческого достоинства, независимо от их правового статуса, а также необходимости в оказании помощи и наличии факторов уязвимости.

Мигранты и перемещенные лица, находящиеся в пути или в стране пребывания, часто не имеют доступа к системам поддержки и могут оказаться в ситуациях маргинализации и стигматизации. Они могут располагать незначительными финансовыми ресурсами или вовсе не иметь финансовых ресурсов, что обуславливает вероятность применения такими лицами неблагонадежных способов для поиска денежных средств. Отсутствие информации, неопределенность иммиграционного статуса и потенциальная враждебность со стороны принимающего сообщества - все это факторы, усугубляющие стрессовую ситуацию. Мигранты, которые возвращаются в свою страну, не добившись успеха, помимо травматического опыта, который они, возможно, пережили, находясь в миграции, могут столкнуться со стигматизацией и дискриминацией в своем сообществе. Все эти ситуации и переживания могут способствовать росту потребностей в обеспечении охраны психического здоровья мигрантов и оказания им психосоциальной помощи.

ПРИМЕР

Нелегальные мигранты в транзитном пункте Нигера

Нигер является важной точкой пересечения транзита и временной стоянки мигрантов, находящихся на пути в страну пребывания или возвращающихся обратно, и ключевым пунктом на опасном и печально известном миграционном маршруте в регионе центрального Средиземноморья в Ливию и страны Средиземноморья. В рамках программы «Помощь мигрантам на маршрутах следования» (AMiRA Programme) Красный Крест Нигера (ККН) оказал помощь мигрантам, создав в Ниамей общественный центр, в котором сотрудниками и волонтерами ПЗПСП еженедельно проводятся различные мероприятия. Мероприятия направлены на укрепление и/или защиту физического и психического здоровья мигрантов, репатриантов и членов принимающего сообщества на протяжении всего миграционного маршрута.



**Руководство и
инструментарий**

Миграционная политика МФОККиКП
Стратегия МФОККиКП по вопросам миграции
Глоссарий терминов – Миграция
Инструментарий МФОККиКП для пунктов оказания гуманитарной помощи

6 ЧАСТЬ 1 РУКОВОДСТВО

ВАЖНО

Кто является мигрантом?

В соответствии с политикой МФОККиКП 2009 года по вопросам миграции «мигранты» - это люди, которые оставляют свое постоянное место жительства или покидают его в поисках убежища, направляясь в новые места - обычно за границу - в поисках лучших возможностей или более безопасных условий жизни.

Миграционная политика МФОККиКП, 2013 г.
Migration Policy.EN.doc (ifrc.org)

ПЗПСР И ДВИЖЕНИЕ

Реализация мер в области охраны психического здоровья и оказания социально-психологической помощи имеет решающее значение для выживания людей, осуществления ими повседневной деятельности и реализации прав человека. Реализация таких мер возможна при обеспечении доступа к инструментам защиты и оказанию базовой помощи. Необходимость в осуществлении мер по охране психического здоровья и оказании психосоциальной помощи проявляется в различных формах: от позитивного психического состояния до умеренных и непродолжительных периодов дистресса и до хронических и более тяжелых форм психических расстройств. Мероприятия по охране психического здоровья и оказанию психосоциальной помощи (ПЗПСР) способствуют поддержанию здорового психосоциального состояния, повышают жизнестойкость



и обеспечивают реализацию пяти базовых принципов жизнедеятельности: чувства безопасности, спокойствия, личной эффективности и эффективности в сообществе, социализации и надежды¹. Приняв на конференции МФОККиКР в декабре 2019 года политику и резолюцию Движения по вопросам ОПЗПСР, Движение подтвердило свое намерение включить ОПЗПСР в состав своей гуманитарной деятельности в качестве ее неотъемлемой

КЕЙС

Внутренне перемещенные лица в лагерях Южного Судана

Вследствие военного конфликта и социально-экономической нестабильности молодежь Южного Судана живет в условиях хронической безработицы и бедности, отсутствия государственных услуг и разрушенной инфраструктуры. Они сталкиваются со сложностями в получении образования, формировании социальных сетей и приобретении социальных навыков, что приводит к возникновению серьезных психосоциальных проблем. Красный Крест Южного Судана (ККЮС) реализовал программу под названием «Программа повышения жизнестойкости для юношей», направленную на поддержку юношей. В ходе реализации программы юноши обретают надежду и осваивают навыки, необходимые в повседневной жизни, в результате чего у них появляется возможность играть более активную роль в жизни своих сообществ.

Гуманитарной деятельности в качестве ее неотъемлемой части.

Деятельность Движения направлена на то, чтобы вопросы ОПЗПСР были включены во все направления деятельности, а именно: чтобы все реализуемые мероприятия учитывали психосоциальные аспекты и позволяли исключить усугубление проблем, связанных с психическим здоровьем и психосоциальным состоянием, а также, чтобы вопросы ПЗПСР учитывались в проектах в качестве неотъемлемого компонента.

Руководство и инструментарий

Резолюция Движения по решению проблем психического здоровья и оказанию психосоциальной помощи (2019 г.)

Политика Движения по решению проблем психического здоровья и оказанию психосоциальной помощи (2019 г.)

1) Эти принципы известны как принципы Хобфолла. См. Хобфолл С.Е. «Пять основополагающих элементов незамедлительных и среднесрочных мер реагирования при массовых травмах. Эмпирические данные» Психиатрия 70(4), зима 2007 г. (Hobfoll S.E. and al, "Five Essential Elements of Immediate and Mid-term Mass Trauma Intervention: Empirical Evidence", Psychiatry 70(4), Winter 2007).

ОПЗПСП В УСЛОВИЯХ МИГРАЦИИ И ПЕРЕМЕЩЕНИЯ

ОПЫТ МИГРАНТОВ

Находясь в своей стране, в пути, а иногда и на новом месте жительства или по возвращении в свою страну, мигранты часто сталкиваются с опасными ситуациями и непреодолимыми трудностями. Когда люди вынужденно внезапно покидают свою страну, например, в случаях, когда перемещение вызвано событиями, связанными с насилием, они оказываются в ситуации повышенного стресса.

Находясь в пути, мигранты могут подвергаться разного рода опасностям и угрозам. К ним относятся нарушения прав человека, жестокое обращение, сексуальная эксплуатация, а также опасности, исходящие от торговцев людьми, безжалостных контрабандистов, вооруженных группировок, а в некоторых случаях - опасные переходы через пустыню и море. Они могут быть разлучены с семьей, потерять друзей или близких. Люди, находящиеся в пути, особенно дети, но не только они, становятся более уязвимыми для жестокого обращения, эксплуатации и пренебрежительного отношения. Мигранты



ВАЖНО

Как Движение работает с мигрантами

Принципы нейтралитета, независимости и беспристрастности, которым следует Движение, означают, что мы не занимаем никакой позиции по вопросу о том, должна ли или не должна миграция иметь место, и не стремимся ни поощрять, ни препятствовать перемещению людей.

Мы стремимся помогать в решении возникающих проблем, снижать уязвимость и уменьшать подверженность людей рискам, где бы они ни возникали. Это соответствует принципу универсальности, гарантирующему, что каждый человек осведомлен о своих законных правах на защиту и оказание помощи и имеет возможность их получить. Политика Движения по работе с мигрантами и в их интересах устанавливает ряд программных принципов, которые должны соблюдаться и использоваться при разработке программ/мероприятий по вопросам ОПЗПСП в интересах мигрантов.

https://oldmedia.ifrc.org/ifrc/wp-content/uploads/2020/10/Advisory-Note-Risks-of-Migration_EN.pdf

The ways in which migrants



по-разному переживают и реагируют на утрату, боль, потрясения и насилие, что может повлечь различные последствия для их психического здоровья и психосоциального состояния, повышая риск развития психического нездоровья. Для недавно перемещенных лиц такие проблемы как пребывание в незнакомом окружении, невозможность удовлетворять основные потребности известными способами, отсутствие безопасности и неопределенность будущего могут стать источниками постоянного беспокойства. В ситуациях длительного перемещения или миграции отсутствие перспектив долгосрочного характера усиливает неопределенность и может вызывать чувство глубокого разочарования и тревоги. Кроме того, необходимость полагаться на помощь извне в целях выживания ослабляет чувство личной эффективности*, самоуважения, чувство идентификации и собственного достоинства. В свою очередь, психологические последствия, обусловленные перемещением, могут негативно повлиять на способность человека адаптироваться к новой ситуации, а также возможность вновь обрести самостоятельность. Мигранты и перемещенные лица могут также оказаться в положении маргиналов, подвергнуться дискриминации и стигматизации при попытках обустроить свою жизнь. Часто это происходит по той причине, что принимающие сообщества и местные власти рассматривают мигрантов как излишнее бремя или как потенциальную угрозу безопасности.

ПРИМЕР

Возвращение на родину - в Эфиопию

Ежегодно тысячи эфиопских мигрантов отправляются на Аравийский полуостров и в страны Персидского залива в поисках лучших экономических возможностей для жизни. Для многих из них возвращение на родину может оказаться очень тяжелым и стрессовым опытом, поскольку они стали свидетелями или жертвами таких страшных событий, как насилие, пытки и жестокое обращение. «Неудачная миграция» возвращенцев часто приводит к стигматизации и дискриминации по их возвращении и, как следствие, к еще большему стрессу и уязвимости. Эфиопский Красный Крест (ЭКК) реализует проект «Поддержка и повышение жизнестойкости уязвимых репатриантов и их общин», цель которого - способствовать повышению жизнестойкости уязвимых репатриантов, используя комплексный подход, предусматривающий предоставление базовой помощи, средств к существованию и оказание психосоциальной помощи. Участники программы проходят несколько профессиональных тренингов и тренингов по управлению бизнесом, принимают участие в базовых и специализированных мероприятиях ОПЗПСП, таких как обучение жизненным навыкам, обучение основам психологии и поддержка со стороны сверстников в рамках модели «равный-равному», а прогресс в обучении отслеживается путем проведения опросов обучающихся о самочувствии. Программа продемонстрировала успехи в личностном развитии и улучшение состояния здоровья участников.

ОТЛИЧАЕТСЯ ЛИ ОПЗПСП В УСЛОВИЯХ МИГРАЦИИ И ПЕРЕМЕЩЕНИИ ОТ ОПЗПСП В ДРУГИХ СИТУАЦИЯХ?

Во многих аспектах методы ОПЗПСП и реализация мероприятий и программ в условиях миграции и перемещения населения не отличаются от таковых в других чрезвычайных и не чрезвычайных ситуациях, во многом используя одни и те же руководства и инструментарий. Однако, существует несколько важных факторов, которые необходимо учитывать при реализации мероприятий по ОПЗПСП в условиях миграции и перемещения. Они будут описаны далее в разделе «основные рекомендации». **(NB: Раздела с таким названием в документе нет; возможно, речь идет о разделе «Основные принципы работы в целях укрепления психического здоровья и улучшения психосоциального состояния»).**

Каждый компонент Движения рассматривает вопросы психического здоровья и психосоциальной помощи в соответствии со своей функцией и мандатом. Модель пирамиды² представляет собой схему работы при осуществлении мер по охране психического здоровья и оказанию психосоциальной помощи в отношении отдельных лиц, семей и сообществ во всех возможных ситуациях.

*) Личная эффективность - это набор убеждений человека, определяющих, насколько хорошо он может реализовать план действий в перспективных ситуациях (Бандура, 1977). Говоря более простым языком, личная эффективность - это вера человека в свою способность добиться успеха в той или иной ситуации. Подробнее о теории «личной эффективности» Бандуры можно прочитать здесь: Self-Efficacy Theory | Simply Psychology (Теория личной эффективности | Просто психология), а пример принципов Хобфолла здесь: Returning to School using the 5 Principles of Recovery (epinsight.com) (Возвращение в школу, используя пять принципов восстановления).

2) Движение работает как в чрезвычайных, так и в не чрезвычайных ситуациях, поэтому пирамида мер реагирования Межведомственного постоянного комитета (МПК) 2007 была адаптирована для использования Движением. Более подробную информацию о Пирамиде см.: https://pscentre.org/wp-content/uploads/2021/07/iasc_rcrc_pyramid-2.pdf



“Мне нравится приходить в центр. Сегодня мы учились делать украшения, и я сделала несколько украшений, которые я попытаюсь продать. Жизнь в лагере нелегкая. Раньше у меня был свой дом с кухней и садом. Теперь мы всей семьей живем в палатке. И поэтому мне очень нравится приходить и учиться новому. Мы собираемся вместе, рассказываем про наших детей и часто смеемся.”

— Айчату, посетительница общественного центра в Ниамее, Нигер —

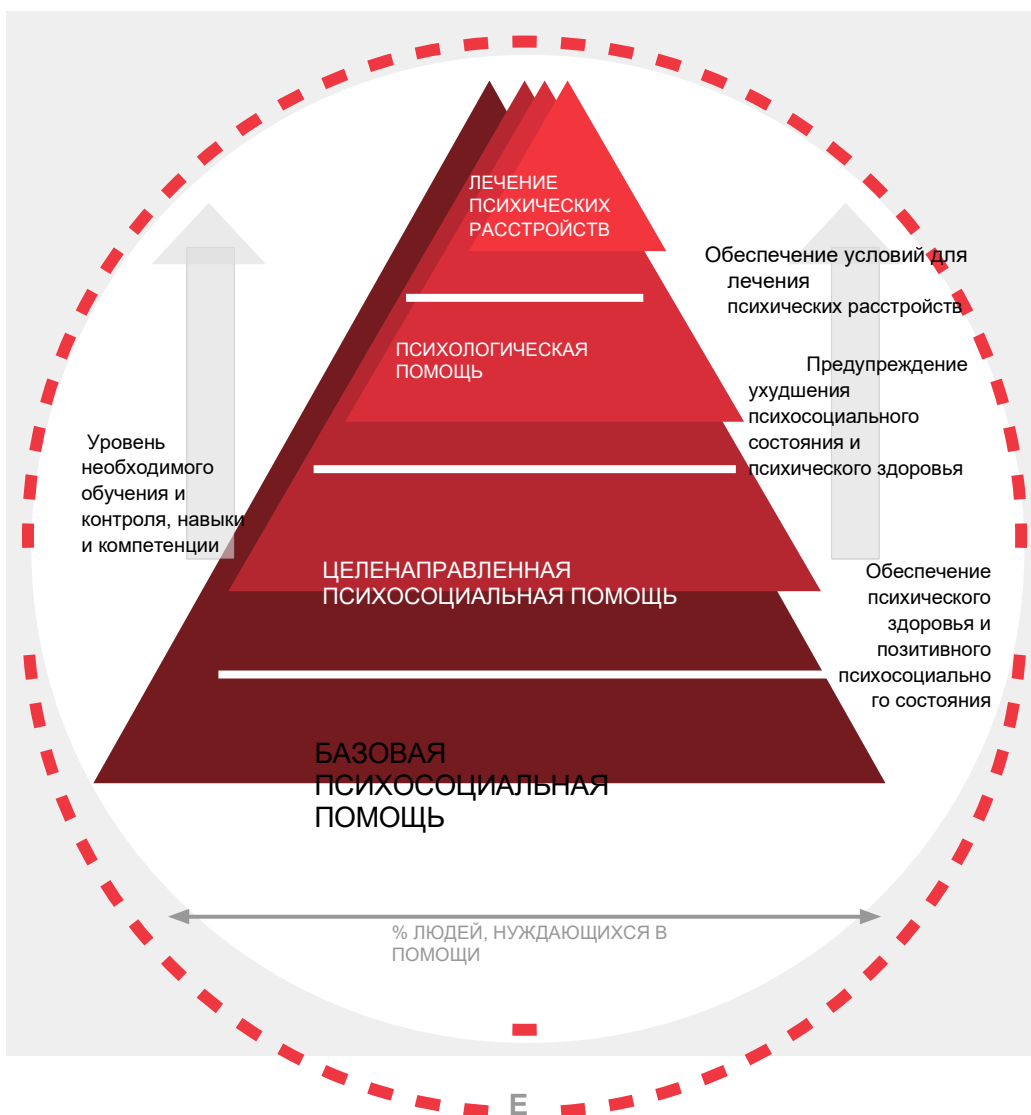


Рисунок 1. Схема работы Движения Международного Красного Креста и Красного Полумесяца в области охраны психического здоровья и психосоциальной помощи (Пирамида)

Как показано на рисунке 1, в рамках схемы работы по ОПЗПСП Движения все уровни пирамиды находятся в **защитной среде**. Одинаково важную роль имеют все представленные на схеме компоненты, однако решающее значение имеет фактор наличия защитной среды. Вне защитной среды невозможно оказывать пострадавшим людям, семьям и сообществам помощь в области ПЗПСП. Кроме того, существует риск, что мы можем причинить вред своими действиями. Поэтому каждый раз, когда мы рассматриваем вопросы оказания помощи в рамках ОПЗПСП, необходимо учитывать фактор защитной среды. Полезную информацию по обеспечению защитной среды можно найти в карманном руководстве по безопасным и надежным направлениям и в минимальных стандартах по обеспечению охраны, гендерным вопросам и инклюзивности (ОГИ).

Четыре уровня Пирамиды используются в качестве ориентиров для реализации мер оказания помощи и профилактических мер на всех этапах работы и служат основой для разработки соответствующих программ. Ключевым фактором в организации работы в области ОПЗПСП является создание многоуровневой системы дополнительной поддержки, обеспечивающей решение проблем представителей различных групп населения. Наличие такой многоуровневой системы не означает, что все компоненты Движения должны осуществлять оказание помощи на всех уровнях. Однако при реализации соответствующих мероприятий следует рассматривать взаимосвязь с аспектами всех уровней Пирамиды, даже если выбранные способы реагирования

затрагивают только один или два из них.

Р О

- **Первый уровень Пирамиды** предусматривает оказание базовой психосоциальной помощи, которая способствует укреплению психического здоровья и психосоциального состояния, повышению жизнестойкости, осуществлению коммуникаций и единения в рамках сообществ. Эти мероприятия часто интегрируются в рамках деятельности в секторах здравоохранения, защиты и образования и должны быть доступны 100% пострадавшего населения. Такие мероприятия могут включать оказание первой психологической помощи (ППП) и организацию досуга. Оказание базовой психосоциальной помощи могут осуществлять обученные сотрудники и волонтеры Красного Креста и Красного Полумесяца и/или подготовленные члены сообщества.

- **Второй уровень Пирамиды** предполагает оказание целенаправленной психосоциальной помощи, которая способствует активизации позитивного психического здоровья и психосоциального состояния, а также проведение профилактических мероприятий, предусматривающих работу непосредственно с группой лиц, семьей и отдельными лицами, находящимися в зоне риска. Примерами таких мероприятий являются поддержка со стороны сверстников, работа в группах, структурированные занятия с детьми, группы поддержки, дебрифинг с сотрудниками и волонтерами. Оказание целенаправленной психосоциальной помощи могут осуществлять обученные сотрудники и сотрудники под руководством, а также волонтеры Красного Креста и Красного Полумесяца и/или обученные члены сообщества.

- **Третий уровень Пирамиды** включает профилактические и лечебные мероприятия для отдельных лиц и семей с более сложными психологическими проблемами, а также для людей, подверженных риску развития психических расстройств. Примерами таких мероприятий являются оказание базовой психологической помощи, такие как консультации или психотерапия, которые обычно проводятся в медицинских учреждениях с сопутствующей аутрич-работой или в сообществах, если это приемлемо с точки зрения культурных норм.

- **Четвертый уровень Пирамиды** предусматривает проведение специализированного клинического ухода и лечения лиц с хроническими психическими заболеваниями и лиц, находящихся в состоянии сильного стресса. Такие меры осуществляются до тех пор, пока указанные лица не способны самостоятельно справляться со своими повседневными делами. В качестве примера можно привести деятельность центров восстановления лиц, подвергавшихся пыткам, и альтернативные методы лечения наркозависимости. Такие меры могут осуществляться в рамках государственных систем здравоохранения и социальной защиты, а также в местах лишения свободы врачами-психиатрами и психологами.

Датский Красный Крест (ДКК) осуществляет деятельность в основном по оказанию **психосоциальной помощи в общинах**. Мероприятия, реализуемые в рамках указанной деятельности, направлены на усиление существующих или создание новых систем поддержки в сообществах, например, путем поддержки местных волонтеров, создания механизмов переадресации или проведения работы с религиозными учреждениями.



SUOMEN
PUNAINE
RISTI/
ФИНСКИЙ
КРАСНЫЙ
КРЕСТ

ПРИМЕР

Система предоставления убежища в Дании

На протяжении многих лет число людей, обратившихся с просьбой о предоставлении убежища в Дании, существенно изменялось. В середине 2020 года в системе предоставления убежища в Дании находилось около 1500 лиц, обратившихся с просьбой о предоставлении убежища. Средний срок пребывания в системе убежища составляет немногим более двух с половиной лет. В течение этого периода многие лица, обратившиеся с просьбой о предоставлении убежища, сталкиваются как с физическими, так и с психологическими проблемами. Начиная с 1984 года Датский Красный Крест (ДКК) на основании договора с правительством Дании контролирует деятельность центров по предоставлению убежища в Дании. Большинство центров по предоставлению убежища расположены в сельской местности. Множество организаций и волонтеров из близлежащих населенных пунктов осуществляют деятельность как в центрах по предоставлению убежища, так и за их пределами. Одним из основных направлений деятельности ДКК является организация школ в центрах. Люди получают пособия на покупку продуктов питания (если оно не предоставляется) и на повседневные расходы. В центрах по предоставлению убежища ДКК принимаются как семьи с детьми, так и дети без сопровождения, а также женщины и мужчины, прибывшие в одиночку.

Центры по предоставлению убежища ставят целью:

1. Интегрировать пять элементов ОПЗПСП во все руководства и процедуры независимо от того, идет ли речь о приеме новых лиц, ищущих убежище, о мероприятиях для детей без сопровождения, организации школ или стажировок для взрослых или волонтерской деятельности.
2. Помочь людям выработать чувство бесстрашия, чтобы без опаски смотреть в будущее, каким бы оно ни было, и использовать период времени, в течение которого органы власти рассматривают дела о предоставлении убежища, с пользой и перспективой на будущее.

Оказание психосоциальной помощи в сообществах осуществляется в рамках первого и второго уровней Пирамиды. Для поддержания здоровья людей решающее значение имеет организация систем поддержки, особенно в случаях, когда люди переживают несчастья и преодолевают невзгоды, которые могут негативно сказаться на их жизни. Мигранты, находящиеся в пути, в стране пребывания и по возвращении, могут быть лишены возможности обращаться к традиционным системам поддержки, таким как расширенные семейные и общинные сети, или оказаться в ситуации, когда они не относятся ни к какому сообществу. Во время нахождения в пути для мигрантов особенно велик риск оказаться в ситуациях уязвимости, поскольку в этот период мигранты почти не имеют возможности взаимодействовать с постоянным окружением или сообществом.

Отсутствие систем и сетей может повлиять на их чувство личной эффективности, причастности, а также чувство безопасности и надежды. Кроме того, потеря или разлука с близкими вызывают чувство неуверенности и бессилия. Мигранты могут жить в постоянном страхе о том, что могло бы случиться с их близкими, и при этом они не могут изменить ситуацию или оградить своих близких от опасности. Важно понимать, что наиболее сложно справиться с ситуацией неопределенности³. Меры поддержки должны быть адаптированы к постоянно меняющимся условиям, в которых часто оказываются мигранты, и должны учитывать зачастую ограниченные временные рамки, которыми располагают организации для работы с мигрирующим населением.



Руководство и инструментарий

Карманное руководство ДКК по безопасным перенаправлениям

Минимальные стандарты МФОККиКП по охране, гендеру и инклюзивности в чрезвычайных ситуациях

Дополнительное руководство МФОККиКП по вопросам политики в области миграции

Пирамида ПЗПСП

Оказание психосоциальной помощи людям, разлученным с семьей

3) Из Центра психосоциальной помощи МФОККиКП «Разорванные связи»: Оказание психосоциальной помощи людям, разлученным с семьей (полевой справочник) (2014 г.) <https://pscentre.org/wp-content/uploads/2017/03/Broken-Links-Field-guide.pdf>

МЕТОДЫ НАШЕЙ РАБОТЫ

Чтобы обеспечить деликатный подход, безопасность и эффективность при оказании услуг по ОПЗПСП в условиях миграции и перемещения людей, наша работа по оказанию помощи мигрантам, находящимся в ситуации уязвимости, должна осуществляться последовательно и соответствовать принятым принципам.

В соответствии с нашими Основополагающими принципами принцип «не навреди» занимает центральное место во всех аспектах работы Движения. По ряду причин при осуществлении мероприятий в области миграции особенно сложно следовать правилу «не навреди». К наиболее тяжелым ситуациям, с которыми мы можем столкнуться в работе в области миграции, относятся гибель людей или получение серьезных физических повреждений на миграционном маршруте, невозможность покинуть опасные для жизни места проживания, насилие и задержание со стороны властей, выдворение из страны и другие вынужденные возвращения мигрантов условия, в которых отсутствует защита и поддержка, а также риск эксплуатации, торговли людьми, дискриминация и расизм. Кроме того, поскольку мигранты не обладают правами в силу своего нелегального статуса, они находятся в уязвимом положении, в особенности, когда не могут получить доступ к услугам здравоохранения, убежище или государственную защиту. Поэтому при работе с мигрантами, находящимися в уязвимом положении, мы всегда должны проводить комплексный и всесторонний анализ факторов риска, чтобы исключить любые непредвиденные последствия нашей работы. Одним из таких примеров может быть непредоставление специализированной психиатрической помощи или терапии мигрантам, находящимся в пути, в условиях, не позволяющих обеспечить последующее наблюдение. Вместо этого целесообразно сконцентрировать усилия на предоставлении базовой психосоциальной помощи (ПСП), направленной на развитие адекватных навыков преодоления трудностей и улучшение психосоциального состояния, обеспечивая предупреждение психического нездоровья с помощью таких мероприятий как ППП, повышение осведомленности, обучение основам психологии⁴, а также содействие в укреплении социальных связей с другими людьми, находящимися в аналогичной ситуации, или с близкими.

Обеспечение внимания к актуальным вопросам **защиты, гендера и инклюзивности** (ЗГИ) во всех аспектах нашей работы предполагает, что мероприятия по оказанию помощи также обеспечивают необходимость в предоставлении защиты, уделяя первостепенное внимание соблюдению принципов уважения, обеспечения доступа, причастности и безопасности всех людей, находящихся в уязвимом и маргинализированном положении. Реализация работы по обеспечению ЗГИ тесно связано с принципом «не навреди». Внедрение принципов ЗГИ и следование установленным стандартам напрямую снижает риск дискриминации, насилия и злоупотреблений, особенно, что касается оказания поддержки и присутствия Движения. Например, в условиях миграции и перемещения населения важное значение на этапе проектирования имеет проведение тщательного анализа ЗГИ. Без понимания специфики потребностей и рисков, связанных с защитой групп населения разного пола, возраста и происхождения, мы не сможем обеспечить необходимые и эффективные меры оказания помощи.

Кроме того, **социальное единство** является краеугольным камнем работы Движения с мигрантами и принимающими сообществами. В целях обеспечения социального единства в рамках мероприятий по ОПЗПСП ДКК оказывают поддержку отдельным лицам и семьям, направленную на укрепление чувства безопасности, спокойствия, причастности и надежды в рамках их сообществ, способствуя повышению личностной эффективности и эффективности сообщества и формированию культуры ненасилия. Например, одним из способов содействия формированию социального единства в условиях миграции является вовлечение в мероприятия по ОПЗПСП как мигрантов, так и членов принимающих сообществ.

4) Движение осуществляет свою деятельность как в чрезвычайных, так и в не чрезвычайных ситуациях, поэтому пирамида мер реагирования МПК/IASC 2007 была адаптирована для использования Движением. Более подробную информацию о Пирамиде см.: https://psccentre.org/wp-content/uploads/2021/07/iasc_rcrc_pyramid-2.pdf

Следует избегать проведения мероприятий, ориентированных исключительно на проблемы мигрантов, поскольку это может привести к возникновению ситуаций напряженности и конфликтам. Вместо этого следует понять особенности взаимодействия между различными группами населения, определить, что объединяет людей, и работать над созданием этих условий. На практике это может включать совместную работу представителей различных групп населения, повышение уровня осведомленности о важности участия всех групп населения в совместной деятельности или о том, как решать проблемы стигматизации и дискриминации. Однако, не во всех обстоятельствах объединение различных групп населения может быть целесообразным. Именно поэтому ключевое значение имеет проведение анализа факторов конфликта для того, чтобы предотвратить причинение вреда и не спровоцировать возникновение напряженности и конфликта между различными группами населения.

ВАЖНО

Оценка психосоциального состояния

У всех людей разное понятие психосоциального здоровья. Это живой опыт, который обусловлен способностями человека, его социальными связями, существующими системами поддержки, а также культурными нормами и системой ценностей, в рамках которых живет человек. На самых ранних этапах реагирования важно четко определить, как пострадавшее население понимает психосоциальное здоровье. Примеры вопросов, на основе которых можно выяснить представление членов сообщества о психосоциальном здоровье, являются следующие:

- Как вы узнаете, что у людей в вашей общине дела идут хорошо? А как вы узнаете, когда дела у них идут не очень хорошо?
- Что изменилось в вашей повседневной жизни и в жизни сообщества после кризисного события?
- Что хорошего было в вашей жизни до наступления кризисного события?
- Какие изменения были бы желательны для Вас и Вашего сообщества в ближайший месяц и в течение года?
- Как Вы и Ваше сообщество можете способствовать этим изменениям?

Необходимо всегда оценивать, что означает понятие «здоровье» для различных целевых групп, какие у них способы преодоления трудностей и как наилучшим образом можно их усилить. Другие аспекты, которые следует изучить, это ощущение удовлетворенности жизнью, роли и обязанности в семье и обществе, уверенность в решении проблем и мечты о будущем.

Руководство «Укрепление жизнестойкости», Референс-центр МФОККиКП по вопросам психосоциальной поддержки, 2014 г.

<https://pscentre.org/wp-content/uploads/2018/02/Strengthening-Resilience.pdf>



Руководство и инструментарий

Минимальные стандарты обязательств МФОККиКП по обеспечению гендерного равенства и разнообразия при разработке программ реагирования в чрезвычайных ситуациях (2015 г.)

Справочник «Не навреди» (2004 г.)

Руководство по разработке программ в ДКК: защита и социальное единение (2015 г.)

Внедрение ПЗПСП приводит к успеху:

“Учитывая условия и проблемы, с которыми сталкиваются многие репатрианты, мы отказались от реализации одностороннего подхода. Вы не добьетесь успеха в своем бизнесе, если вам как вернувшемуся мигранту оказывают помощь в обеспечении средствами к существованию, но при этом вы пребываете в стрессе и подавленном состоянии. В рамках осуществления ПСП мы также обратили внимание, что осуществление только мер ПСП недостаточно для повышения жизнестойкости репатриантов. Им также необходима финансовая поддержка, чтобы вновь обрести надежду и иметь возможности.”

— Исмаил Есуф, старший сотрудник отдела ПСП Эфиопского общества Красного Креста —

Основные принципы работы в целях укрепления психического здоровья и улучшения психосоциального состояния

Не существует единой модели оказания помощи в области ОПЗПСП мигрантам и перемещенным лицам. Способы осуществления деятельности и мероприятий по ОПЗПСП отличаются в зависимости от текущих обстоятельств и условий, как показано в разделе, посвященном практическим рекомендациям. Тем не менее, чтобы составить руководство по вопросам реализации мер реагирования гуманитарные организации, работающие в этой области, разработали двенадцать ключевых принципов оказания помощи мигрантам⁵.

1. С уважением относиться ко всем людям и поддерживать их уверенность в себе

Проведение мероприятия по оказанию помощи важно осуществлять, проявляя внимание к человеку, уважая его независимость и частную жизнь. Каждый человек, включая детей, людей с особыми проблемами или представителей меньшинств, имеет право на справедливое обращение, основанное на принципе равенства и отсутствия дискриминации. Там, где это возможно, оказание помощи должно предоставлять людям возможность выбирать, как они хотят поступить, и сохранять чувство личного контроля. Важно отметить, что это подразумевает проведение консультаций с мигрантами для определения их потребностей и возможностей и определения способа оказания помощи с учетом их пожеланий. Это необходимое условие для оказания адекватной психосоциальной помощи, но его трудно реализовать в условиях, когда люди находятся на одном месте непродолжительное время.

2. Доброжелательно относиться к людям, оказавшимся в трудной ситуации, и оказывать им поддержку

Все, кто осуществляет деятельность в области оказания помощи мигрантам и перемещенным лицам, должны знать, как оказать помощь людям, находящимся в тяжелом состоянии, и по возможности облегчить их стресс. Первая психологическая помощь (ППП) - это набор простых навыков и приемов, которые могут использоваться любым человеком (непрофессионалом или профессионалом) для оказания помощи людям, оказавшимся в тяжелом положении.



5) «Психическое здоровье и психосоциальная поддержка беженцев, лиц, ищущих убежище, и мигрантов, находящихся на пути в Европу», Межведомственные Методические рекомендации (2015 г.) Управления верховного комиссара ООН по делам беженцев (UNHCR), Международной организации по миграции (МОМ) и MHPSS.net.

3. Предоставлять информацию о возможности получения услуг, помощи и юридических правах

Отсутствие информации является одним из основных источников стресса для мигрантов. Предоставление актуальной фактической информации о том, где и каким образом им может быть оказано содействие, может существенно снизить стресс в постоянно меняющейся ситуации. Такая информация может предоставляться в местах непосредственного взаимодействия, через распространение листовок, по радио, телевидению, по телефону и в сети Интернет. Работники должны обладать компетенцией, чтобы предоставлять необходимые сведения и направлять людей в места, где они могут получить информацию. Информация должна быть понятной для самых различных групп населения, находящихся на миграционном маршруте, таких как дети, люди с ограниченными возможностями, люди, которые не могут читать, или пожилые люди. Это предполагает предоставление информации на языке мигрантов.

4. Проводить необходимое обучение основам психологии и повышать степень информированности

Очень важно помочь мигрантам и перемещенным лицам разобраться в тех чувствах, которые они иногда переживают, вызванные множеством стрессов, с которыми они сталкиваются. Учитывая потенциально высокую мобильность этой категории населения, целесообразно организовать представление краткой и практической информации на понятном для людей, оказавшихся в такой ситуации, языке, в том числе на языке мигрантов. В информационный материал следует использовать бытовой язык и избегать использования клинических терминов за пределами клинической практики, например, таких терминов, как «травмированный», «психотравма» или «посттравматическое стрессовое расстройство», чтобы люди могли понимать информацию.

5. В приоритетном порядке обеспечивать защиту и психосоциальную поддержку детей, в частности, разлученных, несопровождаемых детей и детей с особыми потребностями

Дети без сопровождения, дети, разлученные со своей семьей или опекунами, а также дети с особыми потребностями, например, инвалиды, подвергаются особому риску стать жертвами жестокого обращения, насилия и эксплуатации на миграционном маршруте. Их потребности должны быть приоритетными.

ПРИМЕР

Беженцы в лагерях Судана

В Судане находится одно из самых больших в регионе поселений беженцев из Южного Судана. Более 814 000 беженцев из Южного Судана проживают в Судане. Большинство из них находятся в лагерях или неформальных поселениях и имеют ограниченный доступ к услугам и средствам к существованию. Ранее существовавшие психосоциальные проблемы и психическое нездоровье у некоторых людей усугубились травматическим опытом и страданиями в ходе войны, что усугубляется также базовыми и экономическими проблемами. Суданский Красный Полумесяц (СКП) предоставляет ряд услуг в лагерях беженцев в штате Белый Нил, включая здравоохранение, ВСТ, жилье и питание.

В 2017 году сотрудники и волонтеры СКП информировали о недостаточном обеспечении мер ПЗПСП в лагерях беженцев, особенно для детей и молодежи. В связи с этим СКП провел детальную оценку психосоциальных проблем среди населения лагерей. Результаты этой оценки послужили основой для разработки плана действий по запуску мероприятий по ОПЗПСП, которые были организованы в дополнение к существующим мероприятиям, проводимым СКП в лагерях, в том числе совместно с другими заинтересованными сторонами. Целью мероприятий по ОПЗПСП является повышение жизнестойкости детей и их семей в условиях длительного пребывания в положении беженцев, а также обеспечение доступа к базовым услугам при одновременном укреплении чувства безопасности и чувства достоинства у людей. В 2020 году мероприятия были распространены на восемь из девяти лагерей, расположенных в штате Белый Нил. Они включают в себя досуговые, спортивные, художественные, образовательные и культурные мероприятия, направленные на «изменение негативного мышления». Участникам предлагается активно участвовать в деятельности и управлении общинного центра, что способствует расширению их прав и возможностей.

6. Усилить поддержку семьи

Необходимо помогать семьям оставаться вместе. В тех случаях, когда семьи оказались разделенными, соедините их со службами по воссоединению семей (Воссоединение семей). Если это возможно, важно, чтобы дети оставались со своими родителями, это в интересах ребенка. В процессе миграции могут быть ослаблены поддерживающие связи между семьей и членами сообщества. Семья и социальная поддержка являются лучшей защитой в ситуации дистресса, а привязанность к заботливому взрослому - ключевой защитный фактор для детей. Если воссоединение семьи невозможно, должны быть предприняты альтернативные способы проявления заботы в интересах ребенка, и приоритетным должно быть предоставление возможности возвращения в семью или расширенную семью. Если, находясь в пути, семьи переживают смерть близких, необходимо содействовать организации достойных похорон и мобилизовать людей, исповедующих ту же религию, для участия в похоронах и поддержки семей. Семьи, оставшиеся на родине, часто также нуждаются в поддержке, особенно в тех случаях, когда мигрировавший член семьи пропал без вести.

7. Выявлять и обеспечивать поддержку лицам с особыми потребностями

Даже во время кратковременного пребывания в стране необходимо выявлять людей, которые подвергаются гораздо большему риску, чем другие, и предлагать им направление в службы предоставления помощи и социальные службы. В некоторых случаях это может спасти людям жизнь. К числу людей, которые могут быть особенно уязвимы, относятся дети, путешествующие в одиночку, пожилые люди, люди с ограниченными возможностями, беременные женщины, жертвы пыток, жертвы торговли людьми⁶, жертвы сексуально-гендерного насилия (СГН) и лица с иной сексуальной ориентацией и гендерной идентичностью. Запросите у участников обратную связь о мероприятиях и уделите особое внимание тому, чтобы уязвимые группы могли поделиться своим мнением.



6) Бывает крайне сложно выявить людей, которые оказались или являются жертвами торговли людьми, при этом риски в таких ситуациях многочисленны. Дополнительную информацию и рекомендации по работе с жертвами торговли людьми можно найти в «Карманном руководстве по борьбе с торговлей людьми».



8. Применять меры реагирования, соответствующие культурным нормам, и обеспечивать адекватный перевод

Меры поддержки ПЗПСП должно отвечать потребностям людей, которым они оказываются. Поэтому работники служб ПЗПСП должны изучить историю людей, с которыми они работают. По возможности, мероприятия должны планироваться с учетом мнения людей, непосредственно пострадавших в той или иной ситуации.

Если это возможно, лучше всего использовать обученных переводчиков из стран происхождения мигрантов, не связанных напрямую с мигрантами (например, членов их семей), чтобы не ставить людей в ситуацию предвзятости. При наличии соответствующей подготовки и контроля некоторые переводчики могут выполнять более широкие функции культурных посредников. Используя знания о ценностях, убеждениях и обычаях своей собственной культурной группы, а также знания о различных системах предоставления помощи в принимающей стране, культурный посредник выступает в качестве посредника между человеком и работником гуманитарных служб.

9. Обеспечивать надлежащее лечение тяжелых психических расстройств

Лечение психических расстройств может осуществляться только квалифицированными врачами и в соответствии с национальными нормами. Если это возможно, направляйте людей с тяжелыми психическими расстройствами в соответствующие дополнительные службы. Это могут быть люди с уже существующими расстройствами в состоянии рецидива или кризиса, люди с психотическими симптомами, люди, неспособные функционировать или рискующие нанести вред себе или окружающим, а также люди, злоупотребляющие психоактивными веществами, находящиеся в состоянии абстиненции в связи с кризисом.

10. Не начинать психотерапевтическое лечение, требующее последующего наблюдения, если последующее наблюдение вряд ли возможно

Основным препятствием для проведения большинства традиционных психотерапевтических мероприятий в отношении людей, «находящихся в движении», является то обстоятельство, что такие мероприятия часто требуют проведения нескольких сессий, что, как правило, невозможно. Поэтому терапевтические методы лечения должны быть адаптированы к текущей ситуации, поскольку первая встреча с человеком может оказаться последней. Будьте осторожны, чтобы невольно не навредить человеку, побуждая его говорить о тяжелых переживаниях в отсутствие постоянного клинического ухода. Не применяйте одноразовые ориентированные на травму меры лечения, в том числе, но не только, дебрифинг о критическом инциденте, вызвавшем стресс. В целом многосессию психологическую терапию следует рассматривать только тогда, когда человек находится в стабильной ситуации.

11. Осуществлять мониторинг и управление состоянием здоровья персонала и волонтеров

Сотрудники и волонтеры, оказывающие помощь мигрантам и перемещенным лицам, постоянно выслушивают рассказы о пережитых ужасах и личных трагедиях. Волонтерская работа может включать в себя как выполнение административных обязанностей в офисе, так и оказание первой психологической помощи людям, пострадавшим от стихийных бедствий, или участие в играх с детьми, живущими в лагере беженцев. Эмоциональное воздействие волонтерской деятельности и работы в таких условиях может быть очень существенным. Работники могут жить и работать в физически тяжелых и неблагоприятных условиях, с большой нагрузкой, продолжительным рабочим днем, отсутствием личного пространства и возможности уединения. Работники могут испытывать внутренние переживания из-за выбора, который им приходится делать. Эти стрессовые факторы могут иметь такие негативные последствия, как тревожность и депрессивные состояния, психосоматические жалобы, чрезмерная привязанность к людям, которым они оказывают поддержку, черствость, апатия, саморазрушающее поведение (например, злоупотребление алкоголем или другими психоактивными веществами), межличностные конфликты. Гуманитарные работники должны быть внимательны к признакам стресса у себя и коллег. Руководители групп должны осуществлять контроль состояния своих сотрудников, проводя неформальное наблюдение и периодические плановые опросы, а также организуя неформальные или формальные групповые сессии поддержки, на которых они могут определить уровень стресса. Поддерживающий, инклюзивный и прозрачный организационный климат обеспечивает защиту здоровья сотрудников и волонтеров.

Хотя для волонтеров важно осознавать свои собственные потребности и реакции и соответственно реагировать на них, для ДКК не менее важно удовлетворять потребности волонтеров, которые являются ключевыми в разных направлениях деятельности ККиКП. Оказание психологической поддержки волонтерам часто может быть осуществлено без особых затрат. Так, одним из наиболее важных способов поддержания волонтеров является выражение признательности. Это включает в себя обеспечение наличия хороших систем и структур поддержки для сотрудников и волонтеров, которые могут испытывать психические и психосоциальные последствия выполняемой ими работы.

ВАЖНО

Поддержка сотрудников и волонтеров имеет основополагающее значение

- Важно, чтобы сотрудники и волонтеры обладали навыками, необходимыми для выполнения своих задач, и чтобы эти задачи были обоснованными, четко разъясненными и хорошо понятыми.
- Сотрудники и волонтеры могут испытывать психические и психосоциальные последствия от выполняемой ими работы. Для преодоления возможного стресса, стигматизации и травмы необходимы системы и структуры поддержки.
- Примерами мероприятий по оказанию помощи сотрудникам и волонтерам в рамках оказания психосоциальной помощи могут быть следующие:
 - ✓ поддержка со стороны сверстников
 - ✓ группы поддержки
 - ✓ обучение управлению стрессом
 - ✓ обучение навыкам выявления выгорания

Руководство «Повышение жизнестойкости», Справочный центр МФОККиКП по вопросам оказания психосоциальной поддержки, 2014 г.
<https://pscentre.org/wp-content/uploads/2018/02/Strengthening-Resilience.pdf>

7) См. руководство Центра психосоциальной поддержки МФОККиКП «Повышение жизнестойкости».

12. Не работайте в изоляции: координируйте свои действия и сотрудничайте с другими

В мероприятиях по оказанию помощи мигрантам и перемещенным лицам участвует множество людей. Некоторые из них входят в состав крупных организаций, другие работают в одиночку или в небольших неформальных сетях. Важно, чтобы те, кто оказывает помощь, общались друг с другом и учились на примерах уже проделанной работы другими, чтобы их деятельность не дублировалась и не оставляла серьезных пробелов. Специалисты в области психического здоровья, такие как психологи, психиатры, консультанты, оказывающие помощь мигрантам и перемещенным лицам, должны сотрудничать с существующими организациями и не оказывать профессиональную помощь в рамках ПЗПСП вне соответствующей организационной среды и структуры, одобренной правительством.

ПРИМЕР

Возвращенцы в Восточную Гуту, Сирия

Восточная Гута, расположенная в окрестностях Дамаска (Сирия), сильно пострадала от конфликта и боевых действий, в результате чего тысячи людей были вынуждены покинуть свои дома в поисках безопасности. В ходе конфликта были отключены вода и электричество, разрушена важная инфраструктура. Многие семьи оказались разделены и стали свидетелями гибели своих близких, разрушения домов, ранений друзей и соседей. За последние три года многие люди вернулись в Восточную Гуту и столкнулись с необходимостью восстановления своей жизни в физическом и эмоциональном плане. К началу 2021 г. в Восточной Гуте насчитывалось более 230 000 репатриантов, при этом чрезвычайно высоким оставался уровень безработицы и бедности, а также необходимость оказания помощи в поддержании психического здоровья. Деятельность Сирийского Арабского Красного Полумесяца (САКП) в области ПЗПСП интегрирована в более широкий спектр оказания гуманитарной помощи, включающий, помимо прочего, здравоохранение и питание. Общая цель этой деятельности заключается в том, чтобы пострадавшие от конфликта и наиболее уязвимые группы населения имели возможность удовлетворить свои самые необходимые потребности в области здравоохранения, психосоциальной помощи, получения пособий и средств к существованию. Что касается конкретных компонентов ПЗПСП, то целью проведения соответствующих мероприятий является повышение уровня психосоциального здоровья репатриантов из Восточной Гуты, а также здоровья волонтеров. Компонент ПЗПСП САКП интегрирован как многопрофильная система реагирования на чрезвычайные ситуации: люди часто останавливались, чтобы задать волонтерам САКП вопросы обо всех возможных видах помощи, а не только о тех, которые оказываются САКП. Благодаря наличию такой системы сотрудники и волонтеры могли предоставлять корректную информацию, гарантируя, что люди найдут соответствующие службы. Это привело к повышению доверия к САКП.



ПРИМЕНЕНИЕ ПРИНЦИПОВ НА ПРАКТИКЕ

МЕРОПРИЯТИЯ ПЗПСР, КОТОРЫЕ МОГУТ БЫТЬ РЕАЛИЗОВНЫ В ЛЮБЫХ СИТУАЦИЯХ

В настоящем разделе изложены основные принципы работы в области укрепления психического здоровья и психосоциального состояния в целях применения на практике. Рекомендации и ситуации, изложенные в этом разделе, не являются исчерпывающими и предлагаются уполномоченным представителям только в качестве руководства. Деятельность и мероприятия в области ПЗПСР всегда должны осуществляться на комплексной основе с учетом иных аспектов поддержки, связанных с обеспечением здоровья и удовлетворения базовых потребностей (жилье, пища и воде). В каждом конкретном случае необходимо тщательно анализировать ситуацию, чтобы обеспечить соблюдение принципа «не навреди», а также рекомендуется консультироваться с техническими советниками в штаб-квартирах по вопросам реализации любых планируемых мероприятий.

Первая психологическая помощь (ППП)	ППП - это набор простых навыков и техник, которые могут применяться любым человеком (непрофессионалом и профессионалом) при оказании помощи людям в любой ситуации миграции, оказавшимся в бедственном положении. Оказание мигрантам практической помощи и поддержки, обеспечивающей удовлетворение базовых потребностей, доступ к службам поддержки и получение достоверной информации, может облегчить стрессовую ситуацию, в которой они находятся, и помочь мигрантам принимать взвешенные решения. Это также будет первым шагом к оказанию последующей помощи, позволяющей обрести надежду и укрепление справляться с трудностями повседневной жизни.
Составление маршрутов направлений в службы	При составлении маршрутов направлений в службы защиты и специализированные службы охраны психического здоровья необходимо учитывать законные права различных групп мигрантов и наличие у них доступа к базовым услугам (подробнее о безопасных направлениях см. в «Карманном руководстве по безопасным перенаправлениям» - см. ссылку ниже). Обеспечить защиту и сохранение жизни детей поможет проведение идентификации и регистрации детей. Для того чтобы стимулировать несопровождаемых или разлученных детей регистрироваться в системе поддержки, необходимо организовать оказание помощи, адаптированной к конкретным потребностям детей, например, помощь в установлении контактов с семьей (Воссоединение семей), рекомендации по выбору помощи и услуг в дальнейшем, юридические консультации и предоставление крова. Данные меры будут также способствовать облегчению стрессовой ситуации, в которой дети могут оказаться в этот потенциально опасный период.
Взаимодействие с сообществами	Регулярно взаимодействуйте с лидерами принимающих сообществ, а также с сообществами мигрантов и перемещенных лиц путем установления серьезного и содержательного диалога, обеспечивая тем самым согласованность действий, сбор важной информации и повышение уровня социальной сплоченности. Принимающие сообщества остаются ключевым ресурсом для обеспечения безопасности и защиты членов сообществ перемещенных лиц, но зачастую, когда большие группы перемещенных лиц превышают местное население, принимающим сообществам приходится нести весьма тяжелое бремя. Для того чтобы минимизировать возникновение ситуаций дискриминации и возможные конфликты, гуманитарные организации должны учитывать причины беспокойств, о которых говорят члены принимающих сообществ, и способствовать укреплению взаимопонимания и социальной сплоченности.



Guidance and Tools

- МФОККиКП по оказанию первой психологической помощи
- Карманное руководство ДКР по безопасным перенаправлениям)
- Руководство по базовым психосоциальным навыкам для пострадавших от COVID-19
- Практическое руководство по информированию о рисках и взаимодействию с населением для беженцев, ВПЛ и мигрантов
- Взаимодействие с населением в пунктах оказания гуманитарной помощи
- Отчет Датского института международных исследований (ДИМИ/DIIS) совместно с ДКР «Здесь нет места для меня»: Проблемы мигрантов-мужчин из Эфиопии, возвращающихся на родину
- Пункты МФОККиКП оказания гуманитарной помощи
- Международный комитет Красного креста (МККК/ICRC): Внутреннее перемещение в городских условиях
- Карманный справочник для сотрудников и волонтеров БКК по борьбе с торговлей людьми

РЕКОМЕНДАЦИИ И СОВЕТЫ, КОТОРЫЕ НЕОБХОДИМО УЧИТЫВАТЬ В КОНКРЕТНЫХ СИТУАЦИЯХ

В настоящей таблице приводятся различные ситуации, связанные с миграцией и перемещением людей, в которых мы работаем с нашими партнерами из национальных организаций Красного Креста. Кроме того, мы рассмотрели определенные группы мигрантов с учетом тех проблем в области охраны психического здоровья и оказания психосоциальной помощи, которые могут возникнуть в связи с их правовым статусом (например, беженцы, мигранты без документов) или в результате пережитого жизненного опыта (например, жертвы торговли людьми). Вместе с тем, рекомендации определены исходя из того, что миграция и перемещение людей представляет собой динамичный процесс, в ходе которого как правовой, так и социальный статус мигрантов и перемещенных лиц могут измениться. В связи с этим реализуемые мероприятия и подходы в области ПЗПСП должны учитывать и адаптироваться к этим изменениям.

Ситуации миграции и перемещения	Важные положения, которые необходимо учитывать	Рекомендации для определения мероприятий по ОПЗПСП
Страна происхождения: мигранты, члены семьи/ оставшееся сообщество, до миграции	• Часто покидают родные места в одиночку. • Предмиграционная ситуация у тех, кто остается, но может принять решение о миграции. • Получение теми, кто остался, финансовой помощи от тех, кто мигрировал (т.е. денежные переводы), улучшающей их условия жизни. • Разрыв семейных связей, оказывающий негативное влияние на благополучие домохозяйств, в которых есть уехавшие мигранты. • Отсутствие связи с близкими, переживания о близких и неуверенность в том, живы ли члены семьи.	• Группы поддержки для членов семей мигрантов, оставшихся в родных местах. • Воссоединение семей. • Мероприятия по поддержке со стороны сверстников, информирование и обучение основам психологии • Мероприятия по повышению осведомленности населения сообществ. • Мероприятия по борьбе с явлениями стигматизации и дискриминации. • Оказание поддержки семьям с целью организации безопасного и достойного погребения.

Ситуации миграции и перемещения	Важные положения, которые необходимо учитывать	Рекомендации для определения мероприятий по ОПЗПС
Страна происхождения: возвращенцы	- Часто возвращаются к тем же трудностям и проблемам, которые стали причиной миграции. - Часто страдают от пережитого травматического опыта, связанного с миграцией, такие как насилие, пытки, физическое и сексуальное насилие.⁸ - Ощущение трудностей, дистресса, сожаления и стыда - Распространенные явления стигматизации и дискриминации, в связи с «неудачной миграцией». - Реземиграция вследствие давления со стороны сверстников и отсутствия поддержки по возвращении.	- Базовые меры ПЗПС. - Спортивные и досуговые мероприятия. - Тематические мероприятия, направленные на устранение проблем, связанных с реинтеграцией/реадаптацией. - Жизненные навыки. - Оказание поддержки принимающим семьям и сообществам в целях содействия процессу реинтеграции и социального единства. - Мероприятия по повышению осведомленности членов семей и сообществ о трудностях, с которыми сталкиваются возвращающиеся мигранты. - Обеспечение защиты и безопасности, например, восстановление инфраструктуры и обеспечение средств к существованию.
Страны транзита-мигранты без документов	- На этапе транзита могут пребывать различные группы мигрантов с разными причинами миграции. - Непродолжительное «окно», когда возможно оказание помощи. - Живут «под пристальным вниманием» властей, опасаясь ареста или депортации. - Динамичность миграции: продолжительность транзитного периода варьируется. - Маршруты быстро меняются, и работа по оказанию помощи нуждающимся должна быть приспособляемой к меняющимся условиям. Мигранты без документов: - Труднодоступны из-за страха быть арестованными. - Ограниченный доступ к услугам и защите, что подвергает их риску эксплуатации. - Преследование мигрантов полицией и недоверие мигрантов к работникам, оказывающим гуманитарную помощь. - Могут находиться в транзите и задержаться на неопределенный срок от нескольких дней до нескольких лет при отсутствии планов возвращения. - Могут испытывать несправедливое обращение на миграционном пути, включая избиения и тюремное заключение. - Прибывают с небольшим количеством личных вещей, будучи ограбленными или вынужденными все оставить.	Задача проведения мероприятий в области ПЗПС, имеющих более продолжительное воздействие. - Оказание базовой помощи ПЗПС, например, ППП, обеспечение предоставления информации, доступа к базовой помощи, коммуникации и воссоединение семей. - Встречать мигрантов в тех местах, где они находятся, и иметь возможность смены местонахождения, рассмотреть возможность создания мобильного пункта оказания гуманитарной помощи⁹. - Сосредоточить внимание на развитии навыков или физических упражнениях для преодоления стресса, например, обучение навыкам оказания первой медицинской помощи (медицинская и психологическая), обучение основам психологии, выработка жизненных навыков, спортивные и досуговые мероприятия. Мигранты без документов: - Сотрудники и волонтеры прошли обучение по ППП и осведомлены о проблемах целевой группы. - Акцент на роли и полномочиях Движения в рамках аутрич- работы, в социальных сетях и различных платформах, используемых целевой группой. - Привлечение помощников из числа представителей целевой группы (фасилитаторов) для обеспечения результативности разъяснительной работы и ориентации. - Еженедельные мероприятия, проводимые сотрудниками и волонтерами в общественном центре.

8) Подробнее об опыте возвращения мигрантов в Эфиопию читайте в отчете ДИМИ: «Здесь нет места для меня»: Проблемы мигрантов-мужчин из Эфиопии, возвращающихся на родину.
9) <https://media.ifrc.org/ifrc/document/humanitarian-service-points/>

Ситуации миграции и перемещения	Важные положения, которые необходимо учитывать	Рекомендации для определения мероприятий по ОПЗСП
Мигранты в городской среде¹⁰	• Труднодоступность услуг, которые часто рассредоточены по городу и их трудно идентифицировать. • Часто они одиноки, не имеют социальных сетей и плохо знают место, в котором они находятся, где можно получить помощь и услуги, жилье или социальные льготы, на которые они могут претендовать • Могут стать жертвами организованной преступности и подвергаются риску сексуального насилия. • Неблагоприятные условия, временное жилье, проживание в брошенных домах без разрешения или в жилищах с плохими условиями. • Риск принудительного выселения или другого жестокого обращения. • Мигранты из сельской местности могут не иметь представления о бюрократических сложностях в городах и о правах, что создает для них дополнительные риски.	• Жизненные навыки и помощь в трудоустройстве. • Связь с мигрантами со схожим происхождением и той же национальности. • Социальная интеграция, способствующая минимизации рисков защиты. • Аутрич-работа по предоставлению информации о доступных услугах, управлению стрессом и рисках защиты. • Привлечение помощников из числа представителей целевой группы (фасилитаторов) для обеспечения результативности разъяснительной работы и получения информации. • Досуговые мероприятия, возможно, с участием членов принимающего сообщества в целях формирования социального единства. • Пункты предоставления гуманитарной помощи. • Безопасные механизмы направления для связи с местными службами ПЗСП.
Перемещенные лица в лагерях (включая ВПЛ и беженцев)	• Лица, находящиеся в положении перемещенных в течение нескольких лет. • В лагерях часто теряется возможность управлять принятием решений в вопросах собственного жизнеустройства, оказываясь в ситуации зависимости от гуманитарной помощи. • Иные причины, такие как катастрофы и конфликты. • Молодежь в лагерях для ВПЛ сталкивается с проблемами адаптации к новым условиям. • Жизнь в лагере для ВПЛ может продолжаться многие годы без определенности в будущем. • Возникновение напряженности в отношениях с членами принимающего сообщества в случаях, если принимающее сообщество потеряло возможность в получении каких-либо услуг. • Молодежь в особенности сталкивается с целым рядом психосоциальных проблем: постоянный страх и тревожность, уныние, агрессия и соматические симптомы. • Риск применения нездоровых способов решения проблем, таких как злоупотребление психоактивными веществами. • Опыт войны и страданий в совокупности с базовыми и экономическими проблемам может приводить к повышенному уровню стресса и психическим расстройствам. • Могут иметь место ограничения в передвижении, что негативно сказывается на ощущении собственного достоинства и чувстве контроля, что усиливает чувство разочарования и беспомощности.	• Длительное пребывание в лагерях требует осуществления деятельности, обеспечивающей формирование структуры в сообществе и укрепление личности. • Деятельность, способствующая укреплению чувства собственного достоинства и здоровья, чувства безопасности и формированию связей между членами сообщества. • Семинары по формированию жизненных навыков для юношей и девушек, мероприятия по повышению жизнестойкости, а также инициативы для молодежи. • Досуговые мероприятия, включая спорт. • Неформальное образование для детей, обучение основам психологии, ППП, содержательные культурные мероприятия. • Мероприятия, направленные на укрепление социального единства. • Анализ динамики отношений между жителями лагеря во избежание укрепления произвольно формирующихся структур в сообществе, чтобы не нанести вред или не упустить из виду уязвимые группы населения. • Следует также рассмотреть вопрос о возможности учитывать интересы принимающего сообщества. • Время от времени целесообразно предоставлять услуги, такие как здравоохранение, ВСГ, жилье и питание. • Проводить детальную оценку имеющихся психосоциальных проблем. • Не использовать проживание в лагерях в качестве решения вопроса постоянного жилья, но оказывать помощь людям, которые в них проживают.

10) https://international-review.icrc.org/sites/default/files/irrc_99_16.pdf

Ситуации миграции и перемещения	Важные положения, которые необходимо учитывать	Рекомендации для определения мероприятий по ОПЗПСР
Беженцы/лица, ищущие убежища	Лица, ищущие убежища - Покинули страну происхождения и официально обратились с заявлением о предоставлении убежища в другой стране, но рассмотрение заявления еще не завершено. - Обычно находятся в стрессовой ситуации, когда будущее еще не определено: очень малая или отсутствует возможность управлять собственной жизненной ситуацией. - Прибывают с ощущением бесстрашия и полные сил, но по истечении времени и в условиях нерешенности вопроса о предоставлении убежища сохранять позитивный взгляд на будущее и справляться с ситуацией становится все труднее. - Может возникнуть риск отказа в предоставлении статуса беженца и угроза депортации или возвращения в страну происхождения. Беженцы - Беженцы, как и лица, ищущие убежища, спасаясь от войны, насилия, конфликта или преследования, пересекли границу в поисках безопасности в другой стране. - Обратились за защитой в данной стране и получили статус беженца. - Оба должны приспособиться к жизни в чужой стране, в которой, возможно, существуют культурные и языковые отличия. - Отсутствие ресурсов, необходимых для решения жизненно важных вопросов, что может спровоцировать возникновение стресса.	- Мероприятия, помогающие сделать жизнь в новой стране менее стрессовой - Связь с образовательными агентствами и организациями, осуществляющими языковое обучение. - Информирование о местных обычаях и культуре. - Мероприятия по развитию жизненных навыков, повышающие личную эффективность. - Информация и ориентация в отношении правил и норм, а также информирование о законных правах. - Мероприятия, способствующие укреплению социального единства. - Психосоциальные аспекты трудоустройства и другие навыки для (ре)интеграции на рынке труда. - Мероприятия, предусматривающие различные сценарии и исход дел в отношении лиц, обратившихся о предоставлении убежища. - Мероприятия ПЗПСР, способствующие укреплению механизмов преодоления трудностей независимо от результатов рассмотрения ходатайств о предоставлении убежища.
Лица, ищущие убежища, получившие отказ, которые не могут быть репатрированы	- Находятся в затяжном или бессрочном состоянии неопределенности и не могут планировать будущее. - Подвергаются постоянному давлению со стороны властей с целью возвращения в страну происхождения. - Испытывают ряд ограничений, таких как возможность трудоустройства, получения образования и свободного передвижения, что негативно сказывается на состоянии здоровья, уровне стресса и вызывает чувство разочарования. - В зависимости от конкретной ситуации могут быть разделены, в одиночку или с семьей, и осуществляют ли взаимодействие по вопросам возвращения.	- Ограниченные возможности проведения работы с целевой группой в силу сложившихся обстоятельств. - Мероприятия по развитию умений и жизненных навыков, направленные на укрепление чувства уверенности в себе, ответственности и способности снижать уровень стресса и ощущения безнадежности. - Содействовать сплочению семьи, обеспечивая эффективные системы поддержки. - Мероприятия, направленные на укрепление социального единства, чувства собственного достоинства и благополучия, снижения уровня стресса и конфликтов в центрах управления. - Гендерно сегрегированные социальные мероприятия, направленные на защиту уязвимых женщин и стимулирования их участия в мероприятиях.

Ситуации миграции и перемещения	Важные положения, которые необходимо учитывать	Рекомендации для определения мероприятий по ОПЗПСР
Лица, оказавшиеся жертвами торговли людьми (мигранты в сетях торговли людьми)	• Одна из самых малозаметных уязвимых групп населения. • Лишены свободы и находятся под контролем контрабандистов или торговцев людьми, что препятствует получению доступа к службам поддержки. • Высокий риск повторной торговли людьми и серьезные психические и психосоциальные проблемы • Перед предоставлением помощи в рамках ПЗПСР персонал национального общества Красного Креста прошел обучение с проведением всестороннего анализа по принципу «не навреди» по вопросам, связанным с чувствительностью и повышенными рисками защиты.	• Обеспечение безопасных путей направления и полное отображение партнеров и их максимальная доступность. • Помочь жертвам торговли людьми получить доступ к надлежащему и безопасному убежищу, юридическим услугам и мероприятиям ПЗПСР 3-го и 4-го уровней Пирамиды ПЗПСР. • В случае недоступности услуг, изучить возможности получения психиатрической помощи на базе сообщества. • Риски защиты многочисленны: необходимо ознакомиться с Карманным руководством по борьбе с торговлей людьми¹¹.

11) Response (trafficking-response.org) Руководство для сотрудников и волонтеров **БКК** по борьбе с торговлей людьми – карманный справочник – Борьба с торговлей людьми).



ARMENIAN RED CROSS



ЧАСТЬ 2

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

ВВЕДЕНИЕ

В настоящем разделе предлагаются практические рекомендации по проведению мероприятий по ОПЗПСП с мигрантами и перемещенными лицами. Несмотря на то, что эти мероприятия носят общий характер и могут применяться в различных ситуациях, всегда нужно учитывать конкретную ситуацию, в условиях которой вы работаете, и выбирать мероприятия, наиболее подходящие для той работы, которую вы проводите.

Эти мероприятия должны иметь **практическую значимость как для сотрудников, так и для волонтеров**, работающих в области ПЗПСП в условиях миграции и перемещения. Они разработаны на основе выбранного ряда тем и сгруппированы по следующим направлениям: **физическая активность, игры и спорт, декоративно-прикладное искусство и взаимодействие с сообществом**. Таким образом, мероприятия будут способствовать укреплению здоровья, развитию творческих способностей, единению людей и могут быть ориентированы на взрослых, молодежь, детей и семьи. В справочнике также приводятся **ссылки на иные ресурсы по данной тематике**, к которым можно обратиться при организации проведения мероприятий по ОПЗПСП в условиях миграции и перемещения населения.

ФАКТЫ

- Большинство людей, пострадавших от чрезвычайных ситуаций, будут испытывать психологический дистресс, который у большинства людей со временем проходит.
- Среди людей, переживших войну или другой конфликт в течение последних 10 лет, каждый одиннадцатый (9%) будет иметь средней тяжести или тяжелое психическое расстройство.
- По оценкам, каждый пятый (22%) человек, проживающий в зоне, затронутой конфликтом, страдает от депрессии, тревоги, посттравматического стрессового расстройства, биполярного расстройства или шизофрении.
- Люди с тяжелыми психическими расстройствами особенно уязвимы в условиях чрезвычайных ситуаций, и им необходимо обеспечить возможность получения психиатрической помощи и удовлетворения базовых потребностей.
- Почти две трети людей с известными психическими расстройствами и психосоциальными проблемами не обращаются за оказанием помощи из-за отсутствия возможности получения ухода и лечения и стигматизации, и около 80 % людей с известными психическими расстройствами не имеют возможности получить качественную и доступную медицинскую помощь.

ВОЗ, 2019

ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА, КОТОРЫЕ НЕОБХОДИМО УЧИТЫВАТЬ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ МЕРОПРИЯТИЙ по ОПЗПСП В УСЛОВИЯХ МИГРАЦИИ

- Решение психосоциальных проблем:
 - Вместо того, чтобы проводить только просветительные мероприятия по психологии, для сообщества в большинстве случаев будут более интересны иные мероприятия или открытые дискуссии.
- Организация мероприятий совместно с командой врачей:
 - Работу начинает команда медицинских работников с информационно-образовательной и коммуникационной сессии (ИОК) по теме, определенной совместно с членами сообщества (например, малярия, пищевые отравления, злоупотребление алкоголем и наркотиками).
 - Продолжает работу команда ОПЗПСП, которая повторяет правила или привлекает участников мероприятия, чтобы представить правила: всегда найдутся новые люди, которых можно вовлечь в текущую работу мероприятия.
 - Проведите небольшую игру-презентацию, чтобы познакомиться со всеми перед началом мероприятия.
- Будьте осторожны при проведении мероприятий, которые могут вызвать какую-либо форму повторной травматизации:
 - Некоторые из представленных в каталоге мероприятий могут вызвать у участников сильные эмоции, воспоминания и переживания. Это может возникнуть в ходе творческих занятий, ролевых игр или в ходе мероприятий по взаимодействию с сообществом.
- Заранее проведите оценку гендерного восприятия и отношения к мероприятию:
 - Если целесообразно, разделите мужчин и женщин.
 - Учитывайте различия в языках и вероятность возникновения трудностей в общении между членами принимающего сообщества и прибывшим населением, возможно, пригласить волонтеров для обеспечения перевода.
- Оцените, что означает понятие «благополучие» для различных целевых групп:
 - Каковы их механизмы преодоления трудностей и как наилучшим образом они могут быть усилены?
- Предпринимайте меры, чтобы поднимать перед властями вопросы, связанные с проблемами и недостатками оказания базовой помощи:
 - Это должно осуществляться по результатам обратной связи, полученной в рамках учрежденных систем обратной связи от лиц, которым оказывается помощь.
 - Выступайте за улучшение ситуации, включая обеспечение доступа к средствам существования в условиях обеспечения безопасности и сохранения достоинства.
- Если вы не чувствуете себя подготовленным к мероприятию или не чувствуете себя комфортно при проведении мероприятия:
 - Не проводите мероприятия, если вы не чувствуете себя подготовленным к нему или чувствуете дискомфорт при его выполнении.
- Завершайте каждую сессию упражнением на расслабление:
 - Это позволит прийти в состояние покоя и равновесия по окончании сессии.
 - Следует отметить, что не всегда это возможно в отношении мигрантов, период пребывания и участие в какой-либо деятельности которых непродолжителен.
- Проведите подведение итогов/опрос по окончании сессии:
 - Следует провести дебрифинг с членами сообщества и/или участниками мероприятия.
- Безопасные и надежные направления:
 - Обеспечьте надежное направление в другие системы оказания помощи либо в рамках Движения в другие организации, в надежную систему здравоохранения, осуществляющую ПЗПСП, или в рамках других форм оказания помощи и поддержки.

ИНТЕРЕСНЫЙ ОПЫТ

Уважение достоинства в Восточной Гуте, Сирия

Для сохранения достоинства и конфиденциальности важно, чтобы люди, нуждающиеся в оказании специализированной помощи, не повторяли свои истории нескольким людям, прежде чем они не дойдут до нужного человека, который может оказать необходимую помощь. Кейс-менеджеры обладают специальными навыками для предоставления специализированной помощи или могут определить необходимость и направить за получением дополнительной поддержки.

СЕНСИБИЛИЗАЦИЯ

В процессе работы вы можете обсудить и сформировать понимание в отношении других деликатных тем, таких как оценка проблем в области ПЗПСП, жизненные навыки и жизнестойкость детей. В рамках проводимых мероприятий можно также организовать проведение с его участниками занятий в области ПЗПСП, таких как ППП/PFA и оказание психосоциальной помощи. Полезные идеи вы можете найти в таблице на стр. 68, содержащей информацию из библиотеки ресурсов Центра оказания психосоциальной помощи (PS), и ознакомиться с такими темами, как «Жизнестойкость детей» и проведение мероприятий по ОПЗПСП с лицами, разлученными с семьей, чтобы иметь возможность проводить в рамках мероприятий беседы по этим вопросам.

Практические занятия из руководства по проведению мероприятий помогут вам привлечь мигрантов и получателей помощи принять участие в одной или нескольких сессиях, предоставляя им возможность поговорить о вопросах, связанных с психическим здоровьем, и о том, как они могут получить дальнейшую поддержку, если и когда они этого захотят.

ИНТЕРЕСНЫЙ ОПЫТ Беседы об эмоциях в Нигере

Члены команды ПЗПСП в Нигере обратили внимание, что беседа по вопросам ПЗПСП протекает лучше в то время, когда люди заняты каким-нибудь практическим делом. Таким практическим занятием может быть игра на тему эмоций или рисование эмоций. Это может быть также изготовление подушек во время беседы о сне и мозговой штурм по обсуждению способов ухода за собой в рамках занятия по теме «Берегите себя».

Если Вы не чувствуете себя готовым к выполнению мероприятий, приведенных в настоящем каталоге, Вам не следует их выполнять.

Вы можете найти полезные советы по вопросам проведения работы по **оказанию базовой помощи ПЗПСП** и изучить, как организовать мероприятия, посвященные этой теме, а также вопросам, как проводить **оценку проблем в области ПЗПСП**.

ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

ВАЖНО



Отказ от ответственности

Обратите внимание на группу, с которой вы проводите мероприятия в области ПЗПСР. Не все мероприятия могут быть применимы для всех мигрантов, с которыми вы будете иметь дело. Пересмотрите возможность выполнения предложенных мероприятий в случаях, если вы работаете с:

- **Мигрантами, не имеющими документов:** для мигрантов, не имеющих документов, провоз личных вещей может оказаться небезопасным. На протяжении миграционного маршрута нелегальные мигранты, которые часто находятся на этапе транзита, оказываются в разных правовых ситуациях и различных, порой непредвиденных, обстоятельствах. Например, ведение личного дневника может быть нецелесообразным, если существует риск, что личная информация может быть разглашена, что может скомпрометировать мигранта. Нелегальные мигранты могут чувствовать себя небезопасно, участвуя в мероприятиях, в которых также участвуют члены принимающего сообщества, из-за страха подвергнуться нападкам со стороны членов принимающего сообщества или донесения властям.

- **Лицами, ставшими жертвами торговли людьми:** мигранты, пережившие жестокое обращение и насилие в условиях торговли людьми, могут испытывать острую потребность в оказании ППП и других способах поддержки в области ОПЗПСР, прежде чем они смогут принимать участие в мероприятиях, связанных с принимающим сообществом.

- У многих мигрантов занятия определенными видами деятельности могут вызывать сильные эмоции. Воспоминание о своей личной истории может пробудить память и развивать навыки рассказчика, но может и напомнить о травмирующем опыте. **Важно, чтобы помощники знали, как безопасно и деликатно направить людей для получения дальнейшей поддержки в области ПЗПСР.**

ДЕКОРАТИВНО-ПРИКЛАДНОЕ ИСКУССТВО

Эти мероприятия могут быть полезны с той точки зрения, что мигранты могут создать что-то для центра или взять с собой в дальнейшее путешествие, например, картины, обручи для сна, стеллаж, одежду, настольные игры, дневник и т.д.

Совет: Старайтесь как можно больше использовать предметы переработки (вместо того, чтобы покупать материалы для занятий: например, жестяные банки для изготовления полок и изготовления игр, бутылки, старые журналы, газеты для изготовления предметов из бумаги, пробки от бутылок, рулоны туалетной бумаги, банки и т.д.)

Примечание: Не всегда мигрантам целесообразно брать с собой в путешествие изделия, сделанные своими руками. Такие предметы, как личные дневники, могут помочь мигрантам сохранить свои мысли и истории, но они также могут оказать для них юридическое препятствие в ситуациях, когда это может быть использовано против них. Помните, что ситуация, в которой находится мигрант, может меняться на протяжении миграционного пути



и деятельность, в которой он участвует, должна обеспечивать ему безопасное пространство и не причинять вреда ни во время ее осуществления, ни в дальнейшем пути. Обязательно обсудите с мигрантами возможные последствия ношения с собой личных вещей, чтобы они могли принять взвешенное решение.

СПОРТИВНЫЕ, РЕКРЕАЦИОННЫЕ И ДОСУГОВЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

Эти мероприятия часто проводятся в качестве вступления, разминки и далее переходят к конкретной задаче, такой как разрешение конфликтов, сотрудничество, эмпатия, выражение и интерпретация эмоций и т.д. В конце дня рекомендуется проводить релаксационные мероприятия, способствующие успокоению тела и ума, например, физические упражнения на растяжку, дыхательные упражнения или танцы. Некоторые занятия могут проводиться без использования руководства, иногда по определенной теме, например, в рамках театральных мероприятий. Создавайте и исполняйте музыку, танцы, театральные постановки, др. для членов сообщества по темам, которые им интересны.

Совет: Подумайте, с какой целью вы проводите, например, футбольный матч: какие возможности в результате этого появляются у мигранта? Как можно использовать футбольный матч или театрализованное представление в качестве «точки входа» для мигрантов? Футбольные матчи не должны быть разовыми и самостоятельными мероприятиями: они всегда должны быть связаны с предоставлением возможности получения дальнейшей

ИНТЕРЕСНЫЙ ОПЫТ

Использование имеющихся ресурсов в Нигере

Попытайтесь изучить, какими ресурсами располагают мигранты и члены принимающего сообщества. В Нигере несколько портных проводили курсы шитья, ювелирный мастер проводил занятия по изготовлению украшений, два плотника проводили занятия по изготовлению шахматных досок и изготовлению досок для плотин (распиловка дерева, покраска дерева), а также изготовлению полок для миграционного центра. Женщина, которая раньше проходила курсы пекарей, провела занятие по приготовлению выпечки, а другие занимались парикмахерским делом и макияжем. В рамках проекта «Наводнение» пожилые женщины из принимающего сообщества научили молодых девушек делать ковры, а юноши учились у старшего поколения делать рыболовные сети.

поддержки либо со стороны Движения или путем предоставления направления в службы. Постоянно проводите матчи, чтобы мигранты могли заниматься спортом. Повторяйте театральную постановку до тех пор, пока все участники не будут удовлетворены результатом. Обязательно проводите дебрифинг с участниками.

Примечание: Всегда следите за тем, чтобы участники и зрители могли выйти из игры в любое время, когда захотят. Следует договориться о сигнале «стоп». Следует иметь в виду, что футбольные матчи могут стать причиной конфликтов, поскольку в них участвуют команды победителей и проигравших. Это также может послужить началом конфликта между мигрантами разных национальностей, разжигая между ними вражду вместо дружеских и доброжелательных отношений. Исполнение роли в рамках театральных постановок может вызвать у мигрантов, переживших травму, сильные эмоции. В таких обстоятельствах всегда должна быть возможность безопасного и надежного направления к специалистам, и важно, чтобы мигранты знали, куда они могут обратиться за помощью.

ИНТЕРЕСНЫЙ ОПЫТ

Рекреационные мероприятия

Берегите себя: Независимо от вашего окружения вы должны всегда следить за своим психическим здоровьем. Настоящее руководство содержит рекомендации о том, как самому позаботиться о себе и определить приоритеты в вопросах, касающихся психического здоровья. Эти рекомендации можно использовать в вашей повседневной жизни.

Сон для борьбы с трудностями: нарушения сна это нормальная реакция на ненормальные события. Во время стресса, кризисов, бедствий очень важно иметь достаточный сон, чтобы сохранять ясность ума и справляться с неблагоприятными событиями. Настоящая брошюра служит в качестве руководства, которое содержит полезную информацию и советы о том, как обеспечить нормальный сон в трудные времена.

Центр МФОККиКП по оказанию психосоциальной помощи <https://pscentre.org/>

МЕРОПРИЯТИЯ ПО ВЗАИМОДЕЙСТВИЮ С СООБЩЕСТВОМ

Эти мероприятия могут представлять собой совместные проекты мигрантов и членов принимающей общины, такие как акции по уборке территории, проведение ремонтных работ, представление друг другу результатов своей деятельности.

ИНТЕРЕСНЫЙ ОПЫТ

Жизненные навыки

Жизненные навыки – это психосоциальные навыки и способности, которые позволяют легче справляться с проблемами и кризисами, воспринимая их в реалистичном, позитивном и конструктивном ключе. Жизненные навыки могут быть ориентированы на самого себя и других, а также на действия по изменению окружающей среды. Жизненные навыки способствуют поддержанию психосоциального здоровья, установлению хороших коммуникаций, позитивному мышлению, способности к анализу и постановке целей, взаимодействию с людьми и преодолению трудностей.

Life Skills handbook, IFRC Reference Centre for Psychosocial Support, 2013 Life-Skills.pdf (pscentre.org) (Пособие по жизненным навыкам, Справочный центр МФОККиКП по оказанию психосоциальной помощи, 2013)

Совет: При проведении этих мероприятий целесообразно проконсультироваться с членами местного сообщества и спросить, для каких целей они могли бы использовать помощь мигрантов. Это позволит мигрантам испытать чувство своей эффективности, внося свой вклад в жизнь местного сообщества путем осуществления некоторых видов деятельности, перечисленных выше. В то же время это позволит местному сообществу почувствовать, что они играют ведущую роль при определении местных нужд, проектов и инициатив. Привлечение представителей местного сообщества также поможет улучшить отношения между членами местного сообщества и мигрантами.



Примечание: Может случиться, что мигранты будут неприняты членами местного сообщества. Поэтому попытки установления позитивных отношений между мигрантами и местным населением могут привести к возникновению проблем, в результате чего положение мигрантов может пошатнуться. В некоторых случаях местное население может считать, что в рамках предпринимаемых инициатив предпочтение отдается мигрантам, хотя у местного населения также имеются проблемы, требующие решения. Важно внимательно следить, не возникнет ли напряженность в отношениях между мигрантами и членами принимающего сообщества, и прекратить любую деятельность, которая может ухудшить благосклонное отношение местного населения к мигрантам.

ВАЖНО

Знание языка и культуры

Волонтеры должны знать язык и культуру беженцев. Волонтеры отбираются из числа беженцев. Однако, важно привлекать членов принимающего сообщества, обеспечивая установление мирного сосуществования и общего пользования ресурсами. Поэтому в равной степени волонтеры выбираются из обеих групп.

ИНТЕРЕСНЫЙ ОПЫТ

Мероприятия и программы психосоциальной помощи (ПСП) в Восточной Гуте, Сирия
Мероприятия САКП в области оказания психосоциальной помощи (ПСП) интегрированы в более широкий спектр оказания гуманитарной помощи, включая здравоохранение, питание и другие направления. Мобильная команда осуществляет все виды мероприятий САКП в области ПСП, включая структурированные и неструктурированные программы ПСП, в одной из двух школ, имеющих в распоряжении. Безопасное пространство, люди, которым можно довериться, способствовали тому, что семьи и отдельные лица смогли найти свое место в сообществе. САКП также организовал общественный центр в одном из населенных пунктов Восточной Гуты, чтобы расширить спектр предоставляемой гуманитарной помощи для удовлетворения насущных потребностей в области ПСС. Это включает в себя создание информационных пунктов для оказания различных видов помощи, включая выявление и восстановление связей семей и отдельных лиц, нуждающихся в помощи, предоставление опеки (например, детям без сопровождения, и детям, разлученным с семьей), предоставление актуальной информации о возможных видах оказания помощи от САКП и других организаций.



Руководства и инструментарий

Оценка потребностей и ресурсов в области психического здоровья и психосоциальной помощи
Руководство по оценке психического здоровья и психосоциальной помощи

Советы по проведению мероприятий по ОПЗПСП

- **Создание Информационного центра для оказания различных видов помощи**, включая выявление и воссоединение семей и отдельных лиц, нуждающихся в помощи, предоставление защиты (например, детям без сопровождения и детям, разлученным с семьей), предоставление актуальной информации о возможных видах оказания помощи, предоставляемых национальным обществом ККиКП и другими организациями.
- **Создание «Пространства безопасности»** для проведения ряда мероприятий и предоставления помощи, включая досуговые и творческие мероприятия для детей и молодежи, для проведения информационно-разъяснительных сессий, в том числе в целях информирования о рисках, проведения мероприятий для лиц, осуществляющих уход, предоставления ППП, обеспечения связи с кейс-менеджером (при необходимости).
- **Создание Системы управления кейсами**; направляйте кейс-менеджеров во временные убежища, а также направляйте кейс-менеджерам дела (кейсы), выявленные в ходе работы в информационных центрах, пространствах безопасности, в ходе посещений на дому мобильной группой, для проведения детальной оценки и разработки планов последующих действий, а также для отслеживания фактов предоставления защиты и воссоединения семей.
- **Осуществление гуманитарной дипломатии и координации на постоянной основе**; регулярно составляйте карту доступных видов помощи и направлений к специалистам, чтобы обеспечивать своевременное предоставление беженцам информации.
- **Создание в головном офисе центра по оказанию психосоциальной помощи в чрезвычайных ситуациях (PS Emergency Hub)** для управления кейсами. Ежедневно обменивайтесь отчетами между центром и кейс-менеджерами о количестве и статусе дел (кейсов), связанных с предоставлением защиты; сопоставляйте и анализируйте информацию, поступающую из разных мест, в целях выявления возможных связей между людьми (крайне важно для проведения своевременной работы по воссоединению семей); поддерживайте связь и координируйте действия с координационными центрами в национальных обществах ККиКП (созданными для осуществления мер реагирования); внимательно рассматривайте и анализируйте информацию о том, какая помощь требуется, и координируйте действия по обеспечению своевременного оказания помощи.
- **Повышение потенциала команд ПСП**: Разрабатывайте руководства по надежным направлениям к специалистам, проведению посещений на дому, проведению информационно-разъяснительных мероприятий/сессий по основам психологии, проведению досуговых и совместных мероприятий для сообществ и организовывайте специальные зоны для молодежи. Находите и обучайте волонтеров по вопросам оказания ППП, психосоциальной помощи на уровне сообщества (ПСПСС), предоставления защиты и направлений к специалистам.
- **Мероприятия по улучшению положения и расширению возможностей молодежи**: создайте систему наставничества - найдите пользующихся уважением и квалифицированных членов сообщества, которые могут помочь молодым людям в освоении новых навыков, помочь им стать более активными и найти свое место в сообществе. Например, это могут быть люди пожилого возраста, которые могут обучать молодежь традиционным ремеслам.
- **Создание и организация работы детских центров (Центров, доброжелательных по отношению к ребенку/ЦДР)**, например, в лагерях беженцев; привлекайте членов сообщества и всех заинтересованных сторон к выбору места для ЦДР, планированию и реализации мероприятий; проводите посещения на дому лиц, осуществляющих уход за детьми, уделяя особое внимание проведению информационных сессий по вопросам охраны здоровья, образованию, обеспечению гигиены и защиты детей; обеспечивайте одеждой и обувью наиболее нуждающихся детей.
- **Оказание немедленной помощи вновь прибывшим беженцам**; обучайте волонтеров оказывать в пунктах въезда на границе ППП людям, попавшим в беду, а также выявлять людей, особо нуждающихся в оказании помощи, и направлять их в соответствующие службы (дети без сопровождения и дети, разлученные с семьей).
- **Создание общественного центра**: располагающего изолированными помещениями для проведения конфиденциальных консультаций с медсестрой и обсуждения частных вопросов с сотрудниками – специалистами по ПСП национального общества ККиКП и волонтерами,

прошедшими обучение по оказанию ППП и базовой психосоциальной помощи, а также с помещением, оборудованным игрушками для детей, в котором волонтер присматривает за детьми посетителей.

ИНТЕРЕСНЫЙ ОПЫТ

При осуществлении текущей деятельности ПЗПСП

Информация: Информация должна быть актуальной и своевременной. Все члены команд должны быть проинструктированы, по крайней мере, в начале каждой смены, и в случаях изменения информации, учитывая, что информация быстро меняется. Предоставляемая информация должна учитывать сложившиеся культурологические нормы и быть понятной.

Координация действий: оказание ПСП в чрезвычайных ситуациях никогда не осуществляется изолированно. Эта работа является неотъемлемым компонентом деятельности и мер реагирования, предпринимаемых в рамках междисциплинарного взаимодействия. Несмотря на то, что зачастую это требует много времени, необходимо осуществлять согласованные действия, чтобы обеспечить совместную работу всех секторов, которые дополняют друг друга, и возможность быстрого выявления недостающих звеньев и их замены.

Система перенаправления: для организации мер реагирования в чрезвычайной ситуации должна обеспечиваться возможность обращения к специализированным службам. Члены команды ПСП направляют лиц, нуждающихся в оказании помощи, выявленных в информационных центрах или при посещении на дому, к кейс-менеджерам, обученным навыкам предоставления помощи или обладающим компетенцией направить людей к специалистам или в специализированные службы.

Поддержка команд ПСП и волонтеров: необходимо создать системы, позволяющие свести к минимуму чувство неудовлетворенности и стресса у персонала. К таким способам относятся обеспечение их питанием и водой, наличие тихого места для отдыха, а также чередование графиков работы. Также рекомендуется проводить регулярные командные брифинги и обеспечивать систему дружеской поддержки.

Адаптация в процессе работы: необходимы гибкость и возможность адаптации в период действия программы.

Обеспечение доступности: Обеспечить доступность мероприятий, проводимых в общественном центре, для всех людей. Мероприятия должны соответствовать возрасту, гендерной и культурной принадлежности людей. Мероприятия должны планироваться и организовываться молодежью при поддержке членов команды ПСП. Решение проблем обеспечения защиты, с которыми сталкивается молодежь (например, СГН, ранние и принудительные браки), необходимо осуществлять с привлечением представителей всех основных групп, такими как лидеры сообществ, заинтересованные стороны, люди, осуществляющие уход, и молодежь.

Устойчивость: не рекомендуется вручать призы после проведения каждой сессии с молодежью, чтобы не формировать у них ложных ожиданий и мотивов для участия в мероприятиях; в рамках проводимых в центре мероприятий не следует использовать игрушки и оборудование, а следует поощрять переработку предметов, традиционные игры и способы поддержки.

Вопросы защиты: сосредоточить внимание на предоставлении защиты детям и вовлечении наиболее уязвимых категории детей (сироты, дети без сопровождения и дети, разлученные с семьей, детей с ограниченными возможностями). Изучить способы обеспечения защиты в таких случаях, как ранние браки, уход из школы, детский труд и гендерное насилие (ГН), посредством проведения художественных, спортивных и культурных мероприятий.

Участие и заинтересованность: оказывать поддержку существующим общественным комитетам и комитетам по делам молодежи и наделять их полномочиями по решению собственных проблем и поиску решений проблем, связанных с рисками защиты. Убедитесь, что в планировании мероприятий участвуют представители всех групп населения, входящих в сообщество, и лидеры сообществ, чтобы обеспечить благорасположенность и заинтересованность со стороны местного населения, не причинив никому вреда. Вовлекать и поддерживать членов принимающего сообщества, укреплять связи через спортивные мероприятия и др.

Выбор творческой деятельности: проведение досуговых, спортивных, художественных, образовательных и культурных мероприятий является наилучшим способом для детей, молодежи и других представителей сообщества собраться вместе, обсудить разные вопросы, сформировать различные жизненные навыки и эффективные способы «изменения негативного мышления».

**Важные навыки для лиц, оказывающих содействие (фасилитаторы):**

ВКЛЮЧЕННОСТЬ: мероприятия должны проводиться при совместном участии в группах фасилитаторов и участников; все задания должны ими выполняться вместе.

ЗАИНТЕРЕСОВАННОСТЬ: мигранты также могут оказать содействие в организации проведения некоторых видов мероприятий, таких как изготовление украшений, если мигрант обладает опытом в этой области и имеет навыки, которым он может научить других.

ВОВЛЕЧЕНИЕ МОЛОДЕЖИ: Привлекайте молодежь к участию на всех этапах разработки и реализации программ (через волонтеров), а также их последующей оценки, чтобы дать им возможность высказать свое мнение и стать инициатором изменений.

УМЕНИЕ СЛУШАТЬ: Фасилитаторы должны быть эмпатичными и уметь слушать. Они должны уметь направлять участников, помогая и оказывая им поддержку. Фасилитаторы способствуют осуществлению социального взаимодействия и обеспечивают благоприятную среду.

ОКАЗЫВАТЬ СОДЕЙСТВИЕ: Фасилитаторы помогают - помогают участникам выразить себя, анализировать и учиться. Важно соотнести темы обучения с собственным жизненным опытом участников, так как это превращает процесс обучения из приобретения чисто теоретических знаний к пониманию и освоению новых навыков.

ИСПОЛЬЗОВАТЬ СВОИ НАВЫКИ ОБЩЕНИЯ С ЛЮДЬМИ: Фасилитаторы должны быть доброжелательными и благорасположенными, уважительно относиться к мнению других и уметь поддерживать и направлять участников в ходе мероприятия, не стремясь при этом к доминированию. Для этого фасилитаторам необходимо обучаться «навыкам общения с людьми».

12) Life-Skills.pdf (pscentre.org)



СХЕМА ПРОВЕДЕНИЯ МЕРОПРИЯТИЙ

Схему, приведенную на следующей странице, можно использовать в качестве отправной точки для организации мероприятий, не имеющих определенной процедуры, например, **мероприятий по взаимодействию с сообществом**, представленных в настоящем руководстве. На схеме приведены основные компоненты, которые необходимо рассмотреть при организации мероприятия, например: какой теме посвящено мероприятие? Сколько времени потребуется для его проведения? Кто является целевой группой и участниками? Какие ресурсы для этого понадобятся?

Схема также может быть полезна в случаях, когда вы привлекаете группы людей, которые будут сотрудничать в рамках каких-либо мероприятий: например, при проведении мероприятий с мигрантами-получателями помощи и членами местного сообщества с целью обеспечения социального единства и интеграции.

Заголовок:



Кто организует мероприятие?

Кто нужен для организации мероприятия? Это сама целевая группа, волонтеры, родственники и друзья сотрудников или смешанная группа? Опишите, пожалуйста, их роли и действия.



Партнеры и друзья:

Необходимы ли другие партнеры для реализации мероприятия? Это могут быть местные органы власти, коммерческие организации, ассоциации и т.д.



Мероприятие:

Составьте краткое описание идеи мероприятия.



Время:

В какое время дня и/или года лучше всего провести данное мероприятие? Требуется ли для этого определенная погода? Необходимо ли для участников помощи обеспечить проведение мероприятия в определенное время суток? Подумайте: - Обеспечивается ли последовательность действий при проведении мероприятия, когда одно мероприятие проводится по итогам другого? - Является ли мероприятие самостоятельным, которое может быть осуществлено в любое время?



Для кого предназначено мероприятие?

Кто является целевой группой мероприятия? Предназначено ли оно именно для получателей помощи-бенефициаров проекта, или в нем также участвуют члены принимающего сообщества? Есть ли у них особые интересы или к какой возрастной группе они относятся?



Ресурсы:

Какие ресурсы необходимы для проведения мероприятия? Это может быть место проведения, материалы, помещение, финансирование оборудования и т.д.



Место проведения мероприятия:

Требуется ли определенное место для проведения мероприятия? Может ли оно осуществляться дома, на открытом воздухе, в общественных местах или в любом месте?



Физическое здоровье:

Каким образом мероприятие способствует улучшению физического здоровья участников??



Психическое здоровье:

Как мероприятие способствует улучшению психического здоровья участников?



Понимание и инструменты:

Как мероприятие помогает участникам лучше понять и сохранить свое здоровье - как физическое, так и психическое? Как мероприятие помогает участникам ощутить свои возможности в жизни и в обществе?

СПРАВОЧНИК ПО ПРОВЕДЕНИЮ МЕРОПРИЯТИЙ



ДЕКОРАТИВНО-ПРИКЛАДНОЕ ИСКУССТВО

Прежде чем начинать какое-либо из предлагаемых мероприятий ознакомьтесь с разделом *Виды деятельности*.

Мой дневник

Весь день

Одна или более сессий

Цель:

Предоставить участникам возможность вспомнить и написать о приятных воспоминаниях, событиях и мечтах, что будет способствовать тренировке памяти, развитию творческих способностей и навыков повествования. Кроме того, использование творческих методов позволит раскрыть творческие способности участников.

Дневник - это личный предмет, который участники могут взять с собой и использовать его, когда и как это будет удобно.

Основные задачи обучения:

Развитие способности справляться с трудностями

Самоосознание

Тренировка памяти

Понимание, принятие и управление эмоциями

Целевая группа:

участники от 12 лет. Дети, которым помогают взрослые или волонтеры.

Материалы:

бумага формата А4 (в сложенном виде) • Картон • Старые журналы • Нитки и иголки • Цветные карандаши • Ножницы • Клей

Что делать:

Что необходимо подготовить заранее?

1. Материалы.

2. Проведите информационно-разъяснительную сессию по вопросам, связанным со стрессом и управлением стрессом.

Дополнительные материалы:

Прочитайте подробнее о возможных реакциях на стресс и дистресс, а также о том, как организовать работу в ситуации стресса и дистресса. Также можно прочитать о том, как действовать в ситуации стресса у детей.

В ходе проведения мероприятия:

1. Объясните участникам, что в рамках этого задания им предстоит создать свой собственный персональный журналы с помощью ниток, бумаги и картона. Это можно сделать, склеивая или сшивая коллажи из старых журналов и ткань, или раскрашиванием.

2. Обратите внимание участников, что персональный дневник можно будет взять с собой и пользоваться им, рисуя или делая записи, когда возникнет желание.

3. Во время сессии (сессий) по созданию дневника участники могут обсудить свои стрессы/страхи, которые они переживают в повседневной жизни, и о том, как справляться или снизить стресс: фасилитатор ведет беседу и оказывает поддержку для участия в этих беседах.

4. Подчеркните, что для этой работы не обязательно, чтобы участники умели писать: можно писать, рисовать, или делать коллаж.

ПРОДОЛЖЕНИЕ НА СЛЕДУЮЩЕЙ СТРАНИЦЕ

43 ЧАСТЬ 2 ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

	5. Когда работа по созданию дневника завершится, разделите участников на группы: в ходе общей дискуссии участники делятся идеями о том, что им помогает в состоянии «стресса». 6. Фасилитатору необходимо проследить, чтобы каждый из участников мог выразить свое мнение и участвовать в обсуждении: такими идеями могут быть занятия спортом, беседа с кем-либо, занятие растяжкой, хороший сон и т.д. На пленарной сессии: 7. В завершение работы участники выбирают то, что им помогает, и рисуют это или записывают в своем дневнике. 8. При желании участники могут представить свой журнал группе.
	Вопросы для размышления: • Что является факторами стресса в Вашей жизни? • Как Вы справляетесь со стрессовыми ситуациями? • Как Вы могли бы поддержать других, кто находится в стрессовой ситуации?
	Совет: При проведении этой работы важно сделать акцент на рисовании, так как не все участники могут уметь писать. Неумение писать может быть воспринято участниками как исключение из мероприятия, в то время как умение писать не является необходимым условием участия в данном мероприятии.
	Отправляясь в дальнейший путь, для мигрантов может оказаться небезопасным брать с собой личные вещи и предметы, сделанные своими руками. На пути следования мигранты будут пребывать в разном правовом статусе, который может изменяться, и в определенных ситуациях иметь при себе личный журнал может оказаться небезопасным.
	Полезные советы: Чтобы сделать дневник еще более полезным для мигрантов, в него можно добавить стратегии самопомощи, чтобы они могли обращаться к ним, когда возникнет необходимость. Можно дополнить занятие, рассказав о том, как работать с самопомощью, предложив участникам нарисовать или написать свой собственный план самопомощи. Задайте вопросы для размышления, например: • Какие существуют эффективные механизмы преодоления стресса? • Что вы будете делать в течение следующей недели, чтобы справиться со стрессом? • Важность хорошего сна - прогулок - физических упражнений. • Важно, чтобы идеи исходили от самих участников и чтобы вы вместе обсудили, что полезно для них. • По окончании сессии продемонстрируйте, как выполнять дыхательные упражнения на дыхание и заземление: • Сидя, закройте глаза, почувствуйте ступни, делайте медленно вдох и выдох.



Как помочь себе

Здесь вы найдете несколько полезных советов о том, как помочь самому себе. Важно адаптироваться к местным условиям и ситуациям, при этом некоторые советы могут оказаться более актуальными, нежели другие – в особенности, когда вы работаете с мигрантами и перемещенными лицами, которые пережили травматический опыт.

- Сконцентрируйтесь на повседневных делах.
- Если вы чувствуете себя уставшим от ситуации или от выполнения своей работы, сконцентрируйтесь на выполнении простых задач или повседневных делах.
- Общайтесь с людьми.
- Поделитесь со своими сверстниками или со старшими сотрудниками о том, что вы чувствуете, и будьте терпеливы к себе.
- Расскажите о своем опыте и чувствах (даже если они вам кажутся пугающими или странными) человеку, которому вы доверяете. Разговор с кем-либо о своих мыслях и чувствах может помочь пережить событие и примириться с пережитыми неприятными ощущениями.
- Разговор с кем-либо о своих мыслях и чувствах может помочь пережить событие и примириться с пережитыми неприятными ощущениями.
- Послушайте, как другие рассказывают о событии, которое сильно повлияло на них, и как они справились с ситуацией. Они могут поделиться полезным опытом.
- Поддерживайте связь со своими близкими.
- Позаботьтесь о своем физическом и духовном состоянии.
- Хорошо отдохните и выспитесь. Если вы плохо спите или чувствуете беспокойство, не употребляйте кофеин, особенно пред сном.
- Постарайтесь расслабиться, занимаясь делами, которые вам приятны, например, медитация или занятия йогой.
- Ограничьте прием алкоголя или курения.
- Занимайтесь физическими упражнениями, чтобы снять напряжение, питайтесь здоровой пищей, принимайте пищу в одно и то же время.
- Играйте и выделяйте время для развлечений.
- Выражайте свои чувства посредством творческих видов деятельности, например, рисование, сочинительство, музыка.

Помощь волонтерам, Справочный центр МФОККиКП по оказанию психосоциальной помощи, 2012
https://pscentre.org/wp-content/uploads/2018/02/volunteers_EN.pdf





Цель: Стимулировать участников к размышлению над своими качествами и опытом. Это способствует укреплению самоосознания и развитию позитивного мышления, позитивного настроя и уверенности в себе.

Участники могут взять щит с собой в качестве символа защиты, который будет помогать им в пути.

Основные задачи обучения:

Укрепление
(восстановление) ощущения
определенности

Развитие
способности
справляться
с
трудностями

Развитие
механизмов
самопомощи

Понимание,
принятие и
управление
эмоциями



Целевая группа: участники от 12 лет. Дети, которым помогают взрослые или волонтеры.

Материалы: Бумага размером примерно 297x420 мм • Цветные карандаши/маркеры • Краски

Что делать: Что необходимо подготовить заранее?

1. Материалы.

2. Проведите информационно-разъяснительную сессию по вопросам, связанным с развитием уверенности в себе: таланты, мечты и воспоминания.

Дополнительный материал:

Прочитайте подробнее о вопросах **защиты и защиты детей**.

В ходе проведения мероприятия:

1. Раздайте всем участникам бумагу и цветные карандаши/краски/маркеры.

2. Объясните участникам, что в этом мероприятии они будут рисовать свой личный щит защиты: каждый рисует большой щит, разделенный на 4 (или более) частей.

3. Попросите участников подумать об одном качестве и/или таланте, одной мечте, одном приятном воспоминании и одной вещи, которая вам сейчас нравится, по отдельности. Каждый раз им необходимо сфокусировать внимание только на одном элементе и представить каждый из них.

4. Попросите участников нарисовать карандашами или красками в каждом из частей щита тот элемент, о котором они думают: качество/талант, мечта, воспоминание.

5. Объясните участникам, что основная цель состоит в том, чтобы сконцентрироваться на позитивных сторонах жизни и помнить о своих сильных сторонах.

На пленарной сессии:

6. Расскажите участникам, что те приятные воспоминания и качества, которые отмечены на щите, могут восприниматься в качестве защитных элементов в трудных/затруднительных ситуациях.

7. При желании участники могут представить свои щиты группе.

Вопросы для размышления:

- Что Вы чувствовали, рисуя или раскрашивая свой собственный щит?
- В каких ситуациях, по Вашему мнению, щит может быть Вам полезен?
- Как Вы можете использовать щит также для защиты других людей? Например, своей семьи?
- Почему в жизни важно иметь «щит защиты»?



Совет: В качестве фасилитатора подумайте о том, как адаптировать это упражнение, чтобы оно соответствовало ситуации и условиям, в которых находятся мигранты, с которыми вы его проводите.

Не настаивайте на исключительно положительных аспектах; участникам следует дать возможность нарисовать именно то, что они считают защитой для себя.

Это упражнение может помочь участникам вспомнить те моменты в их жизни, когда они чувствовали себя уверенными и в безопасности. В дальнейшем это может быть им полезным для развития позитивного мышления и стремления к восстановлению чувства безопасности и защищенности в своей жизни.



Будьте осторожны, чтобы не создать у участников ложные ожидания: нельзя гарантировать, что впереди их ждут более безопасные времена или что у них все будет складываться лучшим образом. Мы можем обеспечить им надежное направление к другим службам поддержки на протяжении всего их пути.



Полезные советы: Участники могут сами решить, конкретными или абстрактными образами они хотели бы представить каждую часть своего щита, насколько детально они хотят их нарисовать и раскрасить, хотят ли они их нарисовать или описать их.

Это упражнение может быть использовано в качестве сенсбилизации при обсуждении более глубоких тем: что и, возможно, кого участники считают «щитами» в своей жизни? Что и, возможно, кто защищает их в опасных ситуациях?





Цель: Развитие у участников умения писать, читать и рассказывать истории, тренируя мастерство и навыки рассказчика, практикуясь в рассказывании своих личных историй.

Комиксы участники могут взять с собой вместе с личными вещами и читать их во время путешествия для поднятия настроения.

Основные задачи обучения:

Развитие навыков позитивного общения
включая умение слушать,
искренность и уважение

Тренировка
памяти

Самоосо-
знание

Развитие
чувства
эмпатии

Понимание,
принятие и
управление
эмоциями



Целевая группа: Взрослые участники

Материалы: Бумага размером примерно 297х420 мм • Примеры напечатанных юмористических рисунков • Карандаши (черные и цветные)



Что делать: Что необходимо подготовить заранее?

1. Материалы.
2. Организовывать проведение бесед на темы, связанные с эмоциями, общением, воспоминаниями и т.д.
3. Прочитать об основных правилах составления рассказов.
4. Основные шаблоны/примеры рисунков: примеры www.skaltitegne.com, www.aresearchguide.com и www.howtodrawcomics.net.

Дополнительные материалы:

Почитайте подробнее об основах составления рассказов.

Почитайте подробнее о том, как проводить беседы на тему эмоций, общения, и ознакомьтесь с различными советами по развитию навыков общения и тренировки памяти.

В ходе проведения мероприятия:

1. Объясните участникам, как рисовать человека (голова, расположение глаз, ушей, тело и т.д.) Во время выполнения примера рисуйте на флипчарте.
2. Выясните вместе с участниками, как можно изменить на рисунке положение бровей и рта, чтобы изменились эмоции. Попросите участников посмотреть друг на друга при выражении различных эмоций, чтобы понаблюдать за положением бровей, рта, глаз и т.д. (если это допустимо с точки зрения культурных норм). Рисуйте при этом на флипчарте - или попросите рисовать одного из участников.
3. Приведенные выше инструкции можно также использовать для проведения аналогичного мероприятия на предмет понимания языка тела, предлагая участникам исследовать выражение различных эмоций, чувств и т.д.
4. Попросите участников сделать титульную страницу.
5. Приведите примеры, как можно составить рассказ, руководствуясь приведенными выше идеями.

ПРОДОЛЖЕНИЕ НА СЛЕДУЮЩЕЙ
СТРАНИЦЕ

6. Сообщите участникам, что они могут выбрать, будут ли они просто рисовать/писать или создавать настоящие комиксы.
7. Когда участники закончат составлять историю/комиксы, предложите им сесть небольшими группами и по очереди зачитать друг другу из своей истории то, что бы они хотели зачитать.
8. Каждая группа может решить, хочет ли кто-то из членов группы представить свою историю на пленарной сессии.

Вопросы для размышления:

- Что Вы чувствовали, создавая свою собственную историю/комиксы?
- Какой тип рассказа, по Вашему мнению, было бы свойственно Вам написать?
- Почему Вы решили написать именно эту историю?
- Есть ли сходство между этой историей и вашей собственной жизнью / тем опытом, который Вы пережили?
- Что могут означать разные выражения тела?
- Везде ли язык тела интерпретируется одинаково?
- Что могут означать те или иные выражения в различных ситуациях?



Совет: При проведении этой работы важно сосредоточиться на рисовании, так как не все участники могут уметь писать. Неумение писать может быть воспринято участниками как исключение из мероприятия. Для участия в данном мероприятии не обязательно уметь писать.

Этот вид деятельности способствует развитию памяти и тренировке навыков рассказчика. Кроме того, оно дает возможность потренироваться в составлении рассказов, сосредоточившись при этом на вымышленной истории вместо того, чтобы рассказывать реальную историю. Участникам следует делать только то, что не вызывает у них напряжения.

Иногда воспоминания могут вызвать сильные эмоциональные переживания, например, у мигрантов, ставших жертвами торговли людьми, подвергавшихся насилию и другим видам жестокого обращения. Важно обеспечить надежное направление к специалистам при наличии травмы, требующей профессионального вмешательства.

Отправляясь в дальнейший путь, для мигрантов может оказаться небезопасным брать с собой личные вещи и предметы, сделанные своими руками. На пути следования мигранты будут оказываться в разном правовом статусе, который может изменяться, и в определенных ситуациях иметь при себе комиксы, основанные на личной истории, может оказаться небезопасным в определенных ситуациях.



Полезные советы: Если участники заинтересованы в дальнейшем освоении навыков составления рассказов, то можно предложить им некоторые из следующих тем в рамках данного вида деятельности:

- Важность обсуждения того, как может изменяться история в зависимости от того, кто ее рассказывает.
- Изучите совместно классические и иные варианты развития сюжета: рассказчик, главный герой, протагонист, антагонист и т.д., а также завязка, кульминация, финал и т.д.
- Участники могут выбрать финал истории или оставить ее с открытым финалом или даже могут переписать или перерисовать историю.



Цель: Помочь участникам раскрыть их творческие способности при внесении вклада в жизнь сообщества путем изготовления полезных вещей, таких как маски, детская одежда, женские прокладки и другие материалы.

Эта деятельность может способствовать укреплению у участников чувства личной эффективности, а также поможет начать беседу о психосоциальных проблемах и выявить необходимость направления к специалистам/службы в целях оказания помощи и услуг в дальнейшем.

Основные задачи обучения:

Укрепление (восстановление) ощущения определенности

Обеспечение взаимодействия и расширение возможностей для сотрудничества

Повышение уверенности в себе



Целевая группа: Взрослые участники. Дети, которым помогают взрослые или волонтеры.

Материалы: Различные виды тканей (напр., остатки материала) разного цвета и рисунка • Наборы для шитья (иголки, нитки, ножницы и т.д.) • Примеры и модели изделий, сшитых другими, в качестве примеров для вдохновения • Распечатки из Интернета для использования в качестве руководства и примеров для вдохновения



Что делать: Что необходимо подготовить заранее?

1. Материалы.
2. Содействовать проведению бесед о здоровье и вовлечении сообщества в работу ПЗПСП.

Дополнительный материал:
Прочитайте подробнее об оказании медицинской и первой помощи на уровне общин и повышении информированности о ПЗПСП.

В ходе проведения мероприятия:

1. Используя простые приемы, покажите участникам, которые не умеют шить, как пользоваться иглой и ниткой.
2. Объясните участникам, что они сами могут решить, что они хотят сшить, и что они могут использовать в качестве примеров изделия, сшитые до них другими людьми.
3. В качестве фасилитатора помогайте участникам в ходе швейной сессии, а также сшейте свое изделие, принимая участие в течение всего занятия.



Вопросы для размышления:

- Для каких целей могут использоваться ваши изделия?
- Как надлежащим образом и с пользой для здоровья использовать эти предметы?



Совет: Эта деятельность может осуществляться как в рамках сообщества мигрантов в целях укрепления взаимодействия и повышения эффективности, так и в рамках взаимодействия с принимающим сообществом, способствуя тем самым укреплению социального единения между мигрантами и принимающим сообществом.

Некоторые из предметов, которые будут изготовлены в ходе этой творческой сессии, могут оказаться небезопасными для соблюдения гигиены и сохранения здоровья. Если участники будут шить, например, маски и менструальные прокладки, не забудьте также предоставить информацию о том, как ими пользоваться (например, при отсутствии доступа к чистой воде и средствам для мытья).



Полезные советы: Если это возможно и безопасно, попросите людей из местного сообщества, которые умеют шить, помочь участникам в обучении шитью. Они также могут принять участие в изготовлении изделий для себя, для участников и/или для членов местного сообщества. Это дает ощущение общности, поскольку участники могут общаться и взаимодействовать с членами местного сообщества. Более того, это предоставляет как участникам, так и членам местного сообщества возможность сделать что-то нужное для себя и для сообщества.

Сессии также могут быть использованы в качестве платформы для предоставления информации, продвижения информации и проведению разъяснительной работы по вопросам безопасных и надежных направлений к специалистам/службам в соответствии с карманным справочником по безопасным перенаправлениям. Сессии также могут быть использованы в качестве платформы для общения одновременно с участниками и представителями принимающего сообщества, получая возможность узнать, о чем они думают и какие у них проблемы.



Изготовление украшений

Весь день.
Одна или несколько
сессий



Цель: Помочь участникам в раскрытии своих творческих способностей. Укрепить чувство причастности к сообществу, личной эффективности и продуктивности. Деятельность, которая может приносить доход.

Данное мероприятие поможет инициировать беседу о психосоциальных проблемах и определить необходимость направления к специалистам/службам в целях оказания помощи и услуг в дальнейшем.

Основные задачи обучения:

Развитие (восстановление)
ощущения определенности

Обеспечение
взаимодействия
и расширение
возможностей для
сотрудничества

Развитие
уверенности в
себе



Целевая группа: Взрослые участники. Дети, которым помогают взрослые или волонтеры.

Материалы: Бусины • Нитки • Застежки • Инструменты для резки и крепления предметов (ножницы и др.) • Распечатки из сети Интернет для использования в качестве инструкции и примеров для вдохновения



Что делать: Что необходимо подготовить заранее?

1. Материалы.
2. Материалы по вопросам информации, образования и коммуникациям (ИОК) и карманное руководство по безопасным перенаправлениям.

Дополнительный материал:

Прочитайте подробнее по вопросам ИОК и методу перенаправления к надежным специалистам/в надежные службы.

В ходе проведения мероприятия:

1. Совместно изучите, каким образом можно сделать украшения из доступных материалов. Существуют различные способы и виды украшений, которые можно изготовить.
2. Объясните участникам, что они сами могут выбрать, какое украшение они хотят сделать, а также использовать изделия, которые были сделаны до них другими людьми, в качестве примера для вдохновения.
3. В качестве фасилитатора помогайте участникам в ходе сессии по изготовлению украшений, а также сделайте свое собственное украшение, принимая участие в сессии.



Вопросы для размышления:

- Могут ли в будущем пригодиться Ваши навыки по изготовлению украшений?
- Что вы чувствуете, создавая свои собственные украшения?



Совет: Если у вас есть доступ в Интернет, вы можете найти обучающие онлайн-курсы по изготовлению различных украшений, распечатать их и положить на стол (с изображениями, показывающими, как это делается), чтобы участники могли ими пользоваться.

Сессию можно использовать в качестве платформы для предоставления информации, продвижения и проведения разъяснительной работы по вопросам безопасных и надежных направлений к специалистам/службам, а также для общения одновременно с участниками и представителями принимающего сообщества, получая возможность узнать, о чем они думают и какие у них проблемы.

ПРОДОЛЖЕНИЕ НА СЛЕДУЮЩЕЙ
СТРАНИЦЕ



Проводя это мероприятие как самостоятельное, помните: не все участники смогут участвовать в большем количестве сессий по изготовлению украшений, поэтому следует вдохновить их на поиск дальнейшей поддержки в другом месте. Всегда следите за тем, чтобы они были перенаправлены к надежным специалистам.



Полезные советы: Если это возможно и безопасно, попросите людей из местного сообщества, которые умеют изготавливать украшения, помочь участникам в обучении этим навыкам. Они также могут принять участие в изготовлении украшений для себя, для участников и/или для членов местного сообщества. Это дает ощущение общности, поскольку участники могут общаться и взаимодействовать с членами местного сообщества.

Более того, это предоставляет как участникам, так и членам местного сообщества возможность сделать что-то своими руками, а также предложить эти изделия сверстникам в своем окружении. Не забудьте также приобрести материалы для изготовления украшений детьми, чтобы материалы были безопасны для детей и простые в обращении.



Поделки из железной проволоки

Одновременно несколько сессий



Цель: Помочь участникам в раскрытии своих творческих способностей. Укрепить чувство причастности к сообществу, личной эффективности и продуктивности. Деятельность, которая может приносить доход.

Данное мероприятие поможет инициировать беседу о психосоциальных проблемах и определить необходимость направления к специалистам/службам в целях оказания помощи и услуг в дальнейшем.

Основные задачи обучения:

Развитие (восстановление) ощущения определенности

Развитие уверенности в себе

Развитие механизмов в самопомощи



Целевая группа: Представители любой возрастной категории.

Материалы: Железная проволока • Инструменты для изготовления поделок из железной проволоки • Распечатки из сети Интернет в качестве инструкции и примеров для вдохновения



Что делать: Что необходимо подготовить заранее?

1. Материалы.
2. Материалы по вопросам информации, образования и коммуникаций (ИОК) и карманное руководство по надежным направлениям.

Дополнительный материал:

Прочитайте подробнее по вопросам ИОК и надежным направлениям к специалистам/службам.

В ходе проведения мероприятия:

1. Совместно изучите, каким образом можно сделать разные и интересные поделки из имеющейся железной проволоки.
2. Объясните участникам, что они сами могут выбрать, какую поделку они хотят сделать, а также использовать поделки, которые были сделаны до них другими людьми, в качестве примера для вдохновения.
3. В качестве фасилитатора помогайте участникам в ходе сессии по изготовлению поделок из железной проволоки, а также сделайте свою собственную поделку, принимая участие в сессии.



Вопросы для размышления:

- Что Вы чувствуете, изготавливая свою поделку из железной проволоки?
- Могут ли в будущем Вам пригодиться навыки, полученные в ходе этого творческого мероприятия?



Совет: Если у вас есть доступ в Интернет, вы можете найти обучающие онлайн-курсы по изготовлению поделок из железной проволоки, распечатать их и положить на стол (с изображениями, показывающими, как это делается), чтобы участники могли ими пользоваться.

Сессию можно использовать в качестве платформы для предоставления информации, продвижения и проведения разъяснительной работы по вопросам надежных направлений к специалистам/службам. Эта сессия предоставит дополнительные возможности для общения одновременно с участниками и представителями принимающего сообщества, а также возможность узнать, о чем они думают и какие у них проблемы.

ПРОДОЛЖЕНИЕ НА СЛЕДУЮЩЕЙ СТРАНИЦЕ



Проводя это мероприятие как самостоятельное, помните: не все участники смогут участвовать в большем количестве сессий по изготовлению поделок из железной проволоки, поэтому следует вдохновить их на поиск дальнейшей поддержки в другом месте. Всегда следите за тем, чтобы они были перенаправлены к надежным специалистам.



Полезные советы: Если это приемлемо с точки зрения культурных норм, спросите участников, хотят ли они устроить небольшую выставку своих поделок из железной проволоки и пригласить представителей местного сообщества, или же они могут устроить показ внутри своего сообщества, демонстрируя друг другу свои поделки и рассказывая друг другу о творческом процессе.



НОЗМИ МОНУ / ДЖК



Цель: Помочь участникам в раскрытии их творческих способностей в области живописи и рисунка. Кроме того, занятия живописью и рисованием будут способствовать развитию памяти. Эти занятия могут использоваться для организации общения и рассказывания историй. Занятия рисованием также могут использоваться для оформления помещений, в которых проводятся занятия, или других зон, например, детских центров.

Данное мероприятие поможет инициировать беседу о психосоциальных проблемах и определить необходимость направления к специалистам/службам в целях оказания помощи и услуг в дальнейшем.

Основные задачи обучения:

Развитие
уверенности в
себе

Развитие
(восстановл
ение)
ощущения
определенн
ости

Развитие навыков позитивного
общения, включая умение
слушать, искренность и
уважение



Целевая группа: Представители любой возрастной категории.

Материалы: Бумага, холст, другие материалы для рисования • Это может быть любая ткань
• Холщевый картон • Флипчарты • Большие листы бумаги • Краски разных цветов
(различные виды красок, например, краски для ткани, акварель, акриловые краски и т.д.)



Что делать: Что необходимо подготовить заранее?

1. Материалы.
2. Материалы по вопросам информации, образования и коммуникаций (ИОК) и карманное руководство по верным и надежным перенаправлениям.

Дополнительный материал:

Прочитайте подробнее по вопросам ИОК и надежным перенаправлениям.

В ходе проведения мероприятия:

1. Совместно изучите, каким образом можно сделать различные художественные произведения /картины.
2. Объясните участникам, что они сами могут решить, что они хотят нарисовать
3. В качестве фасилитатора помогайте участникам в ходе сессии по рисованию, а также нарисуйте свою картину, принимая участие в сессии.



Вопросы для размышления: Рассказывает ли ваша картина/рисунок какую-то конкретную историю/рассказ?



Совет: Сессию можно использовать в качестве платформы для предоставления информации, продвижения и проведения разъяснительной работы по вопросам надежных направлений к специалистам/службам. Эта сессия предоставит дополнительные возможности для общения одновременно с участниками и представителями принимающего сообщества, а также возможность узнать, о чем они думают и какие у них проблемы.

Проводя это мероприятие как самостоятельное, помните: не все участники смогут участвовать в большем количестве сессий рисованию и живописи, поэтому следует вдохновить их на поиск дальнейшей поддержки в другом месте. Всегда следите за тем, чтобы они были перенаправлены к надежным специалистам.



Полезные советы: Если это приемлемо с точки зрения культурных норм, спросите участников, хотят ли они устроить небольшую выставку своих рисунков и пригласить представителей местного сообщества, или же они могут устроить показ внутри своего сообщества, демонстрируя друг другу свои рисунки и рассказывая друг другу о творческом процессе.

Можно также попросить участников помочь украсить стены, если, например, вы проводите мероприятия в общественном центре, который нуждается в оформлении. Сессии рисования можно также использовать для организации пространства для детей.

“В социальном центре стены украшают рисунки, сделанные мигрантами. Здесь также есть постеры, иллюстрирующие принципы организации Красного Креста и Красного Полумесяца, а также подробная информация из проекта AMiRA, содержащая контактную информацию о центральных миграционных пунктах Движения для оказания помощи и услуг в соседних странах. Посетители общественного центра знакомятся с правилами работы центра, а также с «ящиком удовлетворенности». По окончании дня, который они провели в центре, им предлагается оценить каждое мероприятие, опустив в ящик красную или зеленую карточку перед тем, как покинуть центр.”

– Сотрудник общественного центра в Ниамее, Нигер –

Создание настольных игр (шашки/шахматы)

2-4 часа.
Одна или несколько сессий



Цель: Привлечь участников к совместному изготовлению предметов для развлечения, развивать навыки взаимодействия и позитивного общения в сообществе мигрантов.

Целью, в первую очередь, является создание настольных игр, но затем это деятельность может продолжиться, участники могут использовать свои изделия и вместе играть в игры, сделанные своими руками.

Основные задачи обучения:

Развитие уверенности в себе

Развитие (восстановление) ощущения определенности

Развитие механизмов самопомощи

Развитие навыков позитивного общения, включая умение слушать, искренность и уважение



Целевая группа: Представители любой возрастной категории.

Материалы: Куски картона • Цветные маркеры • Мелкие детали, которые можно использовать для счета (мелкие камни, бусины или то, что имеется под рукой)



Что делать: Что необходимо подготовить заранее?

1. Материалы.
2. Подготовить правила настольных игр, на изготовление которых вы хотите привлечь участников, а также способствовать проведению игр среди участников любых возрастных категорий.

Дополнительный материал:

Прочитайте подробнее о создании настольных игр своими руками и ищите вдохновение в классических настольных играх, таких как шахматы и шашки.

В ходе проведения мероприятия:

1. Объясните участникам, что на этом занятии им предлагается сделать настольную игру своими руками, которую в дальнейшем можно будет использовать для совместного времяпрепровождения, когда нужно будет отдохнуть и т.д.
2. Работа может проводиться в группах, члены которых изготавливают настольную игру вместе.
3. В начале занятия нарисуйте на флипчарте/листе бумаги/белой доске или т.п. примеры настольных игр, которые могут сделать участники, например, шахматы и шашки.
4. Изучите вместе, какие должны быть пропорции игровых фигур и как они должны быть сделаны, чтобы соблюдались правила игры.
5. Предложите участникам сделать выбранную ими настольную игру на картоне: помогите им нарисовать ее на картоне так, чтобы были соблюдены пропорции и т.д.
6. Когда участники закончат изготавливать свои настольные игры, предложите им поиграть в них группами по своему усмотрению.



Вопросы для размышления:

- Что Вы чувствовали, создавая настольные игры?
- Как вам удалось сделать настольную игру и играть в нее с человеком, который говорит на другом языке?

ПРОДОЛЖЕНИЕ НА СЛЕДУЮЩЕЙ СТРАНИЦЕ



Совет: Как фасилитатор вы должны знать правила настольной игры, которую могут изготавливать участники (вы предлагаете им несколько идей), и должны уметь объяснить эти правила тем, кто их не знает. Или предложите участникам объяснить правила игры друг другу, чтобы у них появилось чувство единения и поддержки в совместной работе.

Возможно, участники не смогут взять с собой настольные игры, когда отправятся в путь. Объясните им, что их настольные игры могут быть использованы для совместных мероприятий среди членов принимающего сообщества или в помещениях, оборудованных для детей, или в качестве примера, который может впоследствии стать источником вдохновения для других участников этого мероприятия.



Полезные советы: Подумайте, как можно приспособить игры для детей: помогите детям научиться играть в игру, если они этого еще не умеют.



СПОРТИВНЫЕ, РЕКРЕАЦИОННЫЕ И ДОСУГОВЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

Прежде чем начинать какое-либо из предлагаемых мероприятий ознакомьтесь с разделом *Виды деятельности*.

Театрализованное представление		Всего дней Одна или несколько сессий
	Цель: Развивать у участников творческое мышление и навыки социального общения посредством организации театральных постановок. Участвуя в театрализованных представлениях, участники могут совместно изучать различные рассказы и тренировать умение рассказывать истории, а также актерское мастерство. Основные задачи обучения: Развитие навыков позитивного общения, включая умение слушать, искренность и уважение Понимание, принятие и управление эмоциями Развитие умения работать в команде и доверия Развитие чувства эмпатии Обеспечение взаимодействия и расширение возможностей для сотрудничества	
	Целевая группа: Представители любой возрастной категории.	
	Материалы: Имеющийся реквизит, который участники могли бы использовать в своих театральных постановках.	
	Что делать: Что необходимо подготовить заранее? - Материалы. - Вдохновить участников на участие в различных театрализованных мероприятиях. Дополнительный материал: Прочитайте подробнее о том, какие бывают виды театрализованных представлений и какое влияние они могут оказывать на тех, кто в них участвует. В ходе проведения мероприятия: Работа над театрализованным представлением может быть организована неформально, без какого-либо непосредственного руководства, но в зависимости от состава участников группы им может понадобиться руководящая помощь.	
	Вопросы для размышления: - Каким образом исполнение роли в театрализованном представлении может способствовать поддержанию психического здоровья? - Каким образом исполнение роли помогает развивать память? - Что Вы чувствуете, принимая участие в театрализованном представлении вместе с другими?	

ПРОДОЛЖЕНИЕ НА СЛЕДУЮЩЕЙ
СТРАНИЦЕ



Совет: Фасилитаторы должны наблюдать за участниками и зрителями, которые могут присутствовать во время представления.

Никогда не заставляйте никого участвовать в театральном представлении, если ему этого не хочется. Обязательно договоритесь со всеми участниками о знаке «стоп», чтобы все могли его понять.

Участие в театральном представлении может вызвать у участников сильные эмоции, поскольку они учатся выражать себя. Убедитесь, что в случае возникновения какой-либо темы, которая чувствительна для участника, он может получить необходимую поддержку.



Полезные советы: Спросите у участников, хотят ли они пригласить членов принимающего сообщества для участия в театрализованном представлении, или же они хотят показать свое представление либо гостям из местного сообщества либо членам своего сообщества мигрантов.



Футбольный матч

Весь день.
Одна или несколько
сессий



Цель: Побуждать к совместным занятиям физической культурой и тренировать навыки игры в футбол, а также навыки командной работы, сотрудничества и координации в ходе проведения футбольных матчей.

Это мероприятие может инициировать проведение занятий по оказанию психосоциальной поддержки либо путем направления к специалистам/службы или путем информационно-разъяснительной сессии в рамках проведения футбольного матча.

Основные задачи обучения:

Развитие навыков позитивного общения, включая умение слушать, искренность и уважение

Развитие умения работать в команде и доверия

Развитие чувства эмпатии

Обеспечение взаимодействия и расширение возможностей для сотрудничества



Целевая группа: Представители любой возрастной категории. Хорошо было бы сформировать команды из участников, которые соответствуют друг другу по возрасту и ладят друг с другом.



Материалы: Мяч • Поле для проведения матча • Материалы для изготовления двух ворот



Что делать: Что необходимо подготовить заранее?

1. Материалы.
2. Земельное соглашение.
3. Подготовиться к обсуждению основных правил игры в футбол с участниками, чтобы помочь им в установлении собственных правил игры.
4. Материалы по вопросам информации, образования и коммуникаций (ИОК).
5. Знание безопасных направлений к специалистам/службам с помощью карманного руководства по безопасным перенаправлениям.

Дополнительный материал:

Ознакомьтесь с основными правилами игры в футбол.

Прочитайте подробнее по вопросам ИОК и надежным направлениям к специалистам/службы.

В ходе проведения мероприятия:

1. Пригласите участников на футбольный матч.
2. Организуйте матч либо 1) в виде игры двух команд, либо 2) в виде небольшого соревнования с разными командами.
3. Обсудите правила с участниками: как фасилитатор вы должны иметь правила наготове и убедиться, что все их понимают и согласны с ними.
4. В разделе «полезные советы» можно найти варианты для выбора правил футбольного матча.



Вопросы для размышления:

- Как футбольные матчи могут способствовать формированию позитивного чувства общности?
- Как наилучшим образом составить команды для футбольных матчей?

ПРОДОЛЖЕНИЕ НА СЛЕДУЮЩЕЙ
СТРАНИЦЕ



Совет: Добейтесь того, чтобы матч закончился на хорошей ноте, независимо от того, кто победил/забил наибольшее количество голов.

Проведение футбольного матча может стать причиной конфликта для участников разных национальностей: матч может восприниматься как соревнование, которое может вызвать конфронтацию между участниками, а не чувство общности. Как фасилитатор вы должны понимать и обращать на это внимание, а также стремиться к тому, чтобы матч закончился в дружелюбной обстановке.



Полезные советы: Возможно использовать различные варианты игры в зависимости от возраста участников или степени серьезности игры.

В качестве примера придумайте разные правила для участников: например, половина команды 1 получает бумагу, в которой написано, что они должны попытаться передать мяч не менее 10 раз, прежде чем забить гол, а другая половина команды получает бумагу о том, что каждый игрок должен коснуться мяча двумя ногами, прежде чем забить гол. При этом командам не разрешается обсуждать правила.



Создание детского центра (ЦДР)

Весь день
Одна или несколько
сессий



Цель: Создать безопасное пространство для детей, где они могут играть и где можно проводить мероприятия ЦДР, направленные на поддержание психосоциального здоровья детей и их безопасности. Мероприятия преследуют разные цели. Они помогают детям восстанавливаться и справляться со стрессовыми ситуациями. Они также развивают у детей жизненные навыки, например, умение строить отношения. Они способствуют повышению жизнестойкости и помогают детям справляться со своими эмоциями. Что очень важно, они также нацелены на то, чтобы оградить детей от опасностей.

Основные задачи обучения:

Развитие уверенности в себе

Обеспечение взаимодействия и расширение возможностей для сотрудничества

Развитие умения работать в команде и доверия



Целевая группа: Взрослые и волонтеры для организации работы. Дети младшего возраста для участия в мероприятиях в ЦДР.



- Материалы:**
- В качестве оборудования могут использоваться мячи, сетки, игровые парашюты и т.д., необходимые для проведения мероприятия: увеличивайте или уменьшайте размер и твердость поверхности мяча так, чтобы дети могли участвовать в игре. Например, детям с маленькими ручками легче ловить маленькие и мягкие мячи.
 - Для детей с разной физической подготовкой или для тех, кто может работать только одной рукой из-за травмы или повреждений, можно использовать мягкий мяч или воздушный шарик вместо твердого мяча.
 - Организуйте пространство так, чтобы дети могли посылать или получать мяч разными способами, например, скатывать его с горки или по желобу или катать мяч по полу.
 - Для помощи детям с нарушениями зрения можно использовать колокольчики или шаррики-погремушки. Или можно обычный мяч завернуть в полиэтиленовый пакет, завязав его веревкой, чтобы во время игры он издавал треск.



- Что делать:** Что необходимо подготовить заранее?
1. Подготовьте все необходимые материалы, такие как краски, цветные карандаши, воздушные шары, наклейки и т.п.
 2. Распределение площадей/соглашение о земле.
 3. Расписание мероприятий с визуальным оформлением и указанием возраста для различных групп, чтобы они знали, когда могут прийти на мероприятие.
 4. Бюджет для проведения мероприятий и обучения волонтеров.

Дополнительный материал:
Прочитайте подробнее о создании ЦДР и мероприятиях из каталога по обустройству детских центров.
Ознакомьтесь с информацией о пунктах оказания гуманитарной помощи (ОГП), где вы найдете подходящий инвентарий, например для того, чтобы организовать детский центр в пункте ОГП.

ПРОДОЛЖЕНИЕ НА СЛЕДУЮЩЕЙ
СТРАНИЦЕ

В ходе проведения мероприятия:	
Навыки, которым дети обучаются в ходе игры	Примеры обучения детей
1. Проявлять инициативу в составлении плана и его выполнении	«Сначала я собираюсь поиграть с моим другом в игру «разные фигуры», а потом я буду играть в песочнице, потому что сегодня солнечный день.»
2. Соотносить понятия количества, знания и движения к реальной жизни	«Если я хочу построить очень высокое здание из блоков, то сначала мне необходимо сделать большой фундамент.» «Когда я буду играть в домик, мне понадобится три тарелки, чтобы мои мама, папа и младшая сестра могли поесть.»
3. При выполнении работы рассуждать логически, аналитически	«Я собираюсь сделать книгу о своей семье. В книге будет пять страниц, потому что в моей семье пять человек. Я буду раскрашивать по одной странице каждый день, и тогда я смогу закончить книгу на этой неделе.»
4. Общаться со сверстниками и обсуждать различные точки зрения	Один ребенок быстро подходит к блокам и забирает их все. Приходят двое других детей и говорят, что они тоже хотят играть в игру с блоками. Все трое детей решают разделить блоки поровну между собой.
5. Испытывать радость от достижений (чувство гордости)	«Сегодня я обнаружил, что могу делать то, чего раньше никогда не делал, например, создавать разные фигуры своим телом, изображать свои чувства и работать с воображением!» «Я вижу свои работы на стенах в ЦДР. Я очень рад, что участвую в обустройстве нашего центра.»
 Вопросы для размышления: • Каким образом деятельность детского центра способствует укреплению психического здоровья детей? • Как можно улучшить работу детского центра в целях повышения положительного эффекта для участников?	
 Совет: Этого можно достичь с помощью детского чемоданчика с игрушками для детей, который может дать толчок для появления творческих идей в чрезвычайных ситуациях и в изменяющихся обстоятельствах. Таким образом, эти занятия можно проводить без основательной подготовки в условиях, когда недостаточно времени для оформления всего помещения. Помимо советов по проведению мероприятий в ЦДР, здесь можно найти также идеи общего характера для проведения мероприятий с детьми. Вы можете организовать тренинги по проведению мероприятий в детских центрах. Это может быть особенно актуально, поскольку вы можете привлекать волонтеров из местного сообщества, которые хотят принять участие в мероприятиях, чтобы оказать поддержку своим сверстникам.	
 Подумайте, какие мероприятия можно здесь проводить, когда люди находятся лишь временно, например, в окрестностях пункта оказания гуманитарной помощи (ОГП).	

ПРОДОЛЖЕНИЕ НА СЛЕДУЮЩЕЙ СТРАНИЦЕ



Полезные советы: Если работа проводится в динамичных условиях/в условиях, которые изменяются сообразно маршрутам миграции, например, групп мигрантов, целесообразно взять с собой «чемоданчик» с игрушками и другими товарами для детей, которые можно легко расставить и использовать в постоянно меняющихся условиях и в помещениях, где дети не могут находиться постоянно.

Если вы содействуете проведению мероприятий для детей, которые останавливаются на длительное время в конкретном сообществе, вы можете следить за результатами проведения мероприятий для детей и привлекать детей и их родителей в целях повышения качества мероприятий, проводимых в детских центрах.

Одним из видов деятельности, который можно проводить вместе с детьми, является использование карточек с заданиями для детей.

Если позволяет время и контакт с детьми возможен в течение более длительного периода, вы можете отслеживать эффективность работы с карточками, привлекая детей к оценке карточек.

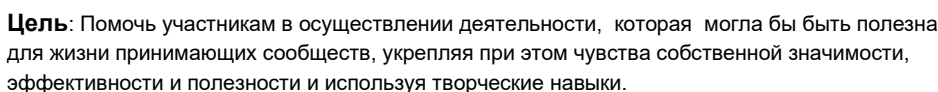
Просим рассмотреть вопрос о необходимости создания молодежного центра для мигрантов юного возраста, которым было бы полезно участвовать в совместных мероприятиях, имея при этом отдельное помещение.



SARA LESTERIN / DANISH RED CROSS

Прежде чем начинать какое-либо из предлагаемых мероприятий ознакомьтесь с разделом *Виды деятельности*.

Весь день.
Одна или несколько
сессий



Оказать участникам содействие в достижении общности с принимающим сообществом, в котором они проживают. Это поможет создать у них ощущение эффективности и полезности, а также ощущение собственной значимости и сопричастности.

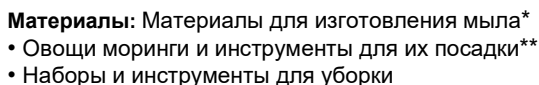
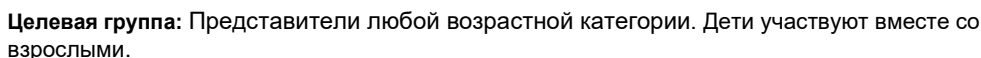
Развитие навыков позитивного общения, включая умение слушать, искренность и уважение

Развитие уверенности в себе

Развитие умения
работать в
команде и доверия

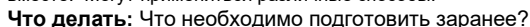
Развитие чувства эмпатии

Развитие
способности
справляться
с
трудностями



*Для этого целесообразно спросить либо самих участников, либо членов местного сообщества: знает ли кто-нибудь, как сделать мыло, какие ингредиенты для этого нужны? Могут применяться различные методы.

~~**Для того чтобы посадить овощи моринги, участники должны иметь семена и инструменты, необходимые для посадки. Полезно обратиться к членам местной общины и спросить, возможно ли сделать эту работу вместе. Могут применяться различные способы.~~



1. Материалы.
2. Установите контакт со важными членами сообщества, заинтересованными сторонами, членами местного сообщества и т.д.

Обратитесь к членам местного сообщества, которые хотели бы принять участие в мероприятиях. Они могут помочь в выборе необходимых инструментов и методов работы, а также определить, какие ресурсы имеются в наличии, а какие необходимо приобрести.

ПРОДОЛЖЕНИЕ НА
СЛЕДУЮЩЕЙ СТРАНИЦЕ

	Большое значение при проведении таких мероприятий имеют знания и вовлеченность участников и членов местного сообщества, при этом их навыки и опыт еще более повышают значимость мероприятий. В ходе проведения мероприятия: Идеи для проведения мероприятий по взаимодействию с сообществом: 1. Изготовление мыла. 2. Уборка территории. 3. Посадка моринги/овощей. Для проведения этих мероприятий не существует стандартного процесса: мероприятие может осуществляться тогда и таким способом, когда и как участники готовы заниматься тем или иным видом деятельности. В качестве фасилитатора важно поддерживать процесс, помогать мотивировать участников и следить за тем, что происходит: как продвигается работа? Важно также иметь представление о том, как делается мыло, о том, какие овощи вы будете сажать, как организовать уборку территории и какие будут результаты мероприятия. Может оказаться, что участники что-то знают по этим вопросам, и вы можете попросить их рассказать об этом группе или пригласить кого-то из принимающего сообщества проинструктировать участников в процессе работы. Для проведения этих мероприятий используйте схему проведения мероприятий на странице 41.
	Вопросы для размышления: • Какая возможна польза от изготовления мыла? • Как посадить огород и ухаживать за ним? • Как составить и согласовать расписание, кто из участников будет ухаживать за огородом и в какое время? • Какое влияние на ваше самочувствие оказало мероприятие по уборке территории? Как можно вдохновить других принять участие в уборке территории на благо сообщества?
	Совет: Эти мероприятия предполагают, чтобы мигранты/перемещенные лица находились в тесном контакте с членами принимающего сообщества, т.е. чтобы это не были мигранты, которые задержались в какой-то точке своего маршрута, или мигранты, находящиеся в пунктах оказания гуманитарной помощи (ОГП) вдали от деревень или городов, в которых можно найти сообщество. Эти мероприятия могут способствовать укреплению социального единства в условиях, когда мигранты останавливаются на более длительный срок. Мероприятия могут также способствовать укреплению социального единства внутри групп мигрантов, которые пребывают вместе как в течение короткого, так и более длительного периода времени. Проведение кампаний по уборке территории может оказаться чувствительной темой для членов принимающего сообщества и не должно быть инициировано группами мигрантов/переселенцами. Участники должны участвовать в этом мероприятии только в той мере, в какой это является для них безопасным. Кроме того, эти мероприятия возможно будет трудно организовать в условиях, когда мигранты не чувствуют себя в безопасности и/или когда они пребывают в стране временно. Также мигранты могут опасаться правовых и политических последствий своего положения или ситуации и поэтому не захотят участвовать в совместных мероприятиях с членами принимающего сообщества.
	Полезные советы: Рассмотрите также вопрос, как вдохновить участников на создание молодежного общественного сада, за которым бы молодые люди из мигрантов могли ухаживать и работать в нем вместе в качестве своего молодежного пространства, где они могли бы знакомиться и общаться друг с другом.

ИДЕИ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ МЕРОПРИЯТИЙ

Книга «Движемся вместе»: различные организации, специалисты в своих областях собрались вместе, чтобы поделиться и обменяться опытом, который нашел отражение в этом руководстве. Члены всех четырех организаций выражают надежду, что «Движение вместе» станет ценным инструментом для реализации программ, сочетающих спортивные мероприятия и физическую активность с психосоциальной поддержкой.

Справочник «Жизненные навыки»: в справочнике «Жизненные навыки» представлены навыки, помогающие людям справляться с жизненными трудностями и переменами в жизни. Жизненные навыки помогают поддерживать позитивное психосоциальное состояние, способствуя развитию навыков общения, позитивного мышления, аналитических способностей и умению поставить цели, сотрудничеству и преодолению трудностей.

Спортивные мероприятия для детей и молодежи из уязвимых групп: спортивные занятия и упражнения, представленные в пособии, направлены на укрепление у детей и молодежи психосоциальных механизмов и навыков преодоления трудностей в повседневной жизни. Мероприятия помогают молодым людям и детям строить доверительные отношения, развивать навыки общения и работы в команде.



ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ВОПРОСАМ ПЗПС

Жизнестойкость детей: обратившись к программе «Жизнестойкость детей», можно получить подробные сведения о различных мероприятиях, направленных на укрепление навыков жизнестойкости у детей. Цель тренинга - научить участников, как создавать, реализовывать и управлять программой жизнестойкости детей и работать с вопросами защиты детей.

ПЗСП для людей, разлученных с семьей: в данном руководстве представлены материалы по вопросам оказания психосоциальной помощи для тех, кто работает на местах в рамках программы «Воссоединение семей» (БКК/ВС) и сопровождает родственников пропавших без вести людей. В руководстве представлены способы оказания психосоциальной помощи в период взаимодействия с разлученными семьями.

ПЗСП для переселенцев: данное краткое руководство содержит рекомендации по охране и поддержке психического здоровья и психосоциального состояния беженцев, лиц, ищущих убежище, и мигрантов в Европе. В нем приводятся ключевые принципы и соответствующие меры реагирования, которыми должны руководствоваться все, кто осуществляет разработку и организацию мер реагирования в чрезвычайной ситуации и/или оказание непосредственной помощи пострадавшему населению.

ПЗСП и аутич-деятельность в местных сообществах: В данном руководстве приводятся рекомендации для работников служб по оказанию психосоциальной помощи (ПСП), которыми они могут руководствоваться в случае бедствий для того, чтобы понять, оценить и предложить меры поддержки, обеспечивающей поддержание психосоциального здоровья, содействие в создании безопасной среды и укрепление защитных механизмов. Во время аутич-обхода сотрудники ПСП осматривают местность, выявляют неблагоприятные ситуации и необходимость оказания помощи людям и направляют их в соответствующие службы.

Укрепление жизнестойкости: цель данного пособия - проиллюстрировать разнообразные способы оказания психосоциальной помощи. В книге изложены основные виды деятельности по оказанию психосоциальной помощи, включая методы оказания психосоциальной помощи, способы оказания помощи в конкретных ситуациях и при наступлении определенных событий, а также программы и мероприятия для отдельных групп населения.

Программа «Устойчивость» для юношей: Программа «Устойчивость» для юношей ориентирована на проблемы, с которыми сталкиваются юноши, и включает в себя мероприятия, способствующие повышению самооценки, уверенности в себе и самоосознанию, что представляется очень важным для поддержания позитивного психосоциального состояния. Программа направлена на развитие социального взаимодействия, творческих способностей и обеспечение поддержки со стороны сверстников.

ПСП для молодежи: пособие «Психосоциальная поддержка молодежи в постконфликтных ситуациях» является совместной инициативой СП/PS центра МФОККиКП и Молодежного Красного Креста Дании. Оно объединяет в себе программу обучения по оказанию психосоциальной помощи молодежи на уровне сообщества в постконфликтных ситуациях и модули по проведению обучения. Материалы разработаны с целью развития навыков персонала и волонтеров.

Карманный справочник по безопасным перенаправлениям: Карманный справочник по безопасным перенаправлениям - это пошаговое практическое руководство, содержащее рекомендации, как правильно направить к специалистам/службу и что делать в случае невозможности направления к специалистам/службе. Карманный справочник предназначен для сотрудников и волонтеров организаций Красного Креста и Красного Полумесяца, которые по роду своей деятельности находятся в контакте с людьми, нуждающимися в оказании помощи.

Центр МФОККиКП по оказанию психосоциальной помощи: <https://pscentre.org/>