

Основные действия по оказанию психосоциальной поддержки при наводнениях:

обеспечение устойчивости
в городской среде



Основные действия по оказанию психосоциальной поддержки при наводнениях: обеспечение устойчивости в городской среде

Данная брошюра была создана при финансовой поддержке Департамента гуманитарной помощи и гражданской защиты Европейской комиссии (ДГПГЗ ЕК) в рамках сотрудничества следующих организаций:

Международная Федерация Обществ Красного Креста и Красного Полумесяца
Справочный центр по оказанию психосоциальной помощи (ЦПСП)
а/я Датское Общество Красного Креста Blegdamsvej 27
DK-2100 г. Копенгаген, Дания
ЦПСП работает на базе Общества Красного Креста Дании

Общество Красного Креста Венгрии
Arany János utca 31
1051 г. Будапешт V.
Венгрия
www.redcross.hu

Общество Красного Креста Великобритании, Северная Ирландия
12 Heron Road
Sydenham Business Park
г. Белфаст
BT3 9LE
Великобритания
www.redcross.org.uk

Общество Красного Креста Дании
Blegdamsvej 27
DK-2100 г. Копенгаген, Дания
www.rodekors.dk

Фотография на обложке: «Жертвы наводнения» (CC BY 2.0) Coast Guard News, размещена на www.flickr.com
Дизайн и производство: Paramedia 1913, whitenoisestudios.com и Louise Juul Hansen

ISBN: 978-87-92490-45-2 (электронная версия)

Эта книга опубликована Справочным центром психосоциальной помощи Международной Федерации Обществ Красного Креста и Красного Полумесяца (Центр ПСП).

Автор: Martha Bird

Авторы и рецензенты: Ea Suzanne Akasha, Susanne Berendt, Lee Devaney, Cecilie Dinesen, Louise Juul Hansen, Barbara Juen, Nelima Lassen, Anne Mette Meyer, Camila Perera, Stephen Rice, Ken Simpson, Louise Vinther-Larsen, Nana Wiedemann

Поддержка Европейской Комиссией выпуска данной публикации не является одобрением ее содержания, которое отражает исключительно точку зрения авторов, Комиссия не несет никакой ответственности за использование содержащейся в ней информации.

Пожалуйста, свяжитесь с Центром ПСП, если вы хотите перевести или адаптировать какую-либо часть этой публикации. Мы приветствуем ваши комментарии, отзывы и вопросы по адресу: psychosocial.centre@ifrc.org.

© Справочный центр психосоциальной помощи Международной Федерации Обществ Красного Креста и Красного Полумесяца, г. Копенгаген, Дания, 2016 г.

Содержание

Предисловие	4
Цель основных действий во время наводнения	5
Как использовать данный материал	7
Как приступить к оказанию психосоциальной помощи в разгар наводнения? — Девять простых шагов	9
Основные действия	11
Краткий обзор основных действий	12
Готовность	13
Основные действия для обеспечения готовности	14
Реагирование	17
Основные действия в ходе реагирования	18
Восстановление	25
Основные действия в целях восстановления	26
Эмоциональная устойчивость и психосоциальная поддержка при наводнениях в городской среде	29
Эмоциональная устойчивость	31
Эмоциональная устойчивость в городской среде	31
Понимание того, какое влияние оказывают наводнения на сообщества	33
Утрата чувства места после наводнения	34
Дети и молодежь	36
Финансовый ущерб и наводнение	37
Обзор психосоциальных реакций, потребностей и возможностей для оказания поддержки	38
Набор инструментов для оказания психосоциальной помощи при наводнении	40
Определения	42
Дополнительная литература и полезные источники информации	44

Предисловие

В 2013 г. Общество Британского Красного Креста попросило 67 человек, переживших одно или несколько сильных наводнений, описать свой опыт в трех словах. В их описаниях наиболее часто повторялись слова: беспокойство, растерянность, шок, страх, нехватка, паника, стресс, сообщество, ущерб и отчаяние.

Паводки разрушают или повреждают большую часть того, с чем они соприкасаются. Наиболее очевидно, что внезапные наводнения смывают имущество, объекты инфраструктуры, а иногда и людей. Наводнения затопляют дома и все, что в них находится: одежду, фотоальбомы, полы, стены, мебель, игрушки, сады, автомобили и кухонную утварь. Вода грязна и зловонна. Когда вода отступает, она оставляет после себя ил или грязь. Вода паводков может смешиваться со сточными водами и поэтому представлять опасность. В сырых домах даже за короткое время может появиться плесень, которая вызывает вредные аллергические реакции. Люди, пострадавшие от наводнения, очень часто вынуждены переселяться на несколько месяцев, пока их дома просушат и отремонтируют. Наводнения также повреждают или уничтожают места общего пользования, такие как культовые сооружения, школы, общественные здания, парки, другие места отдыха и торговые центры. Это общественные места, где обычно люди встречаются и куда они приходят в поисках поддержки.

Самым важным фактором, определяющим, насколько хорошо человек восстановится после кризиса, является наличие вокруг него крепкой и стабильной сети семьи, друзей и сообщества. Однако такая кризисная ситуация, как наводнение, может лечь тяжелым бременем на эти сети. Семьи могут быть временно разделены, сообщества будут нарушены на время восстановления, а иногда люди уезжают навсегда. Психосоциальные последствия наводнения носят длительный характер и, если оставить их без внимания, могут осложнить процесс восстановления и реконструкции и в долгосрочной перспективе нанести вред отдельным людям, семьям и сообществам.

Человек, который открыл свой зимний сад для своих друзей и соседей, предоставив им удобное место для отдыха, возможно, не осознавал в тот момент, что он оказывает психосоциальную помощь своему сообществу. Он просто проявил добрососедскую заботу. Иногда это и есть единственное, что нужно пострадавшим: сострадание и понимание от друзей и соседей. Нужно, чтобы спасатели не забывали участливо спросить: «Как дела?» Нужно, чтобы соседи заглядывали навестить пожилого вдовца с соседней улицы.

Но когда наводнение переживает целая община, «быть соседом» не всегда достаточно. Агентства гражданской обороны, органы власти, добровольные организации, школы, спортивные клубы и религиозные организации также должны сыграть свою роль, чтобы помочь отдельным людям, семьям и сообществам встать на ноги и помочь им подготовиться к встрече с будущими проблемами.

Документ «Основные действия по оказанию психологической помощи при наводнении» содержит руководство о том, как именно это можно сделать. Это краткий и практичный документ, к нему прилагается «Инструментарий для оказания психосоциальной помощи при наводнении», в котором приводятся ссылки на дополнительные информационные и обучающие ресурсы и мероприятия.

«Каким-то чудом зимний сад не был сильно поврежден, поэтому первым делом мы привели его в порядок, поставили обогреватель, красивую мебель и уютные светильники. Среди всего этого хаоса, грязи и неопределенности у нас появилось убежище, место, где можно было побыть и где соседи могли собраться вместе».

Датчанин, вся деревня которого была полностью затоплена после прорыва дамбы во время наводнения

Главная цель основных действий во время наводнения



Главная цель основных действий во время наводнения

В данном материале представлены основные действия по оказанию психосоциальной помощи при наводнениях. Он посвящен проблеме наводнений в городских районах и повышения устойчивости городских сообществ, в нем делается попытка помочь определить приоритетность действий и вписать психосоциальную помощь в общие действия.

Каждый кризис и ответные меры уникальны. Во время кризиса мы сталкиваемся с жесткими временными ограничениями, экстремальными требованиями к ресурсам и тем, что выбор, который делается, несовершенен. Очень редко бывает уместно или возможно реализовать весь спектр основных действий для каждого кризиса. Поэтому данный материал является модульным; он написан в целях оказания поддержки при разработке наилучших возможных действий в данном кризисе. Ключевые действия разделены в соответствии с фазами бедствия: готовность, реагирование и восстановление. Данный материал может быть использован в качестве справочного инструмента в разгар кризиса, для подготовки и планирования вовлечения сообщества в борьбу с наводнением или в обоих случаях.

Этот материал предназначен для организаций, которые хотят взаимодействовать с городскими жителями, семьями, социальными сетями и сообществами по вопросам психосоциальной поддержки при наводнении. Он написан для психосоциальных консультантов и кризисных менеджеров общей практики. Однако он будет также полезен для волонтеров и лидеров сообществ, поскольку в нем предлагаются очень практичные инструкции о том, какие действия следует предпринять в первую очередь. Он разработан в свете интересов Движения Красного Креста и Красного Полумесяца, но может быть относительно легко адаптирован для использования неправительственными организациями и организациями гражданского общества, а также местными, региональными и национальными правительственными агентствами.

Отдельный инструментарий содержит наиболее актуальные инструменты для оказания психосоциальной помощи в ситуациях наводнения. Он состоит из обзора инструментов, за которым следует подробное описание каждого из них и способов их адаптации к ситуациям наводнения.

Психосоциальное воздействие наводнения ощущается еще долго после того, как вода отступила. Поэтому данный материал содержит описание основных действий для долгосрочного восстановления, которые часто должны проводиться в течение двух-пяти лет после наводнения, а иногда и дольше, в зависимости от потребностей. В разделе о психосоциальных проблемах, общих и специфических для наводнений в городских районах, представлена подробная информация о действиях в долгосрочной перспективе.

Психосоциальное благополучие необходимо каждому человеку, семье и сообществу, восстанавливаемому после кризиса, и само сообщество часто является самым важным источником психосоциальной помощи. При этом городские сообщества зачастую более уязвимы к наводнениям. Основные действия разработаны для поддержки и укрепления устойчивости городских сообществ, а рекомендуемые инструменты используют подходы, основанные на сообществах, которые расширяют возможности отдельных лиц, семей, социальных сетей и сообществ по оказанию самопомощи. Материалы разработаны в качестве дополнения и для оказания поддержки работе организаций, обеспечивающих защиту граждан.

Как использовать данный материал



Как использовать данный материал

Для того чтобы начать работу, не читая более одной страницы, сразу перейдите к следующей главе под названием «Как начать работу по оказанию психосоциальной поддержки в разгар наводнения?». Если вы располагаете большим количеством времени, рекомендуем начать работу с этим материалом с обзора основных действий.

В особенности в середине процесса работы после наводнения может быть полезным определить, какое основное действие представляется наиболее актуальным и реалистичным в данный момент. Далее следует просмотреть ниже его более подробное описание. Наиболее подходящие инструменты для каждого основного действия перечислены рядом с описанием самого действия. В инструментарии приведено краткое введение в каждый инструмент, указание, где найти информацию о нем, и указания о том, как начать его использовать.

Важно помнить, что вмешательства по оказанию психосоциальной поддержки не будут идеальными. Зачастую наиболее эффективным подходом является определить, с чего начать действовать, и задача эта должна быть актуальной и выполнимой, и дальше отталкиваться от нее. Рекомендуется действовать соответственно результатам текущей оценки потребностей и регулярно возвращаться к этому материалу, чтобы оценить, сохраняют ли свою актуальность основные действия, и если да, то каким образом следует их реализовать, это поможет разработать и провести их постепенно.

Когда в распоряжении больше времени, например на этапах восстановительной или подготовительной работы, имеет смысл также использовать этот материал в качестве отправной точки для более детального и широкого планирования и реализации. Основные действия могут стать основой для совместных действий с другими заинтересованными сторонами, организациями-исполнителями и агентствами гражданской обороны. Они также актуальны для проведения адвокационной работы.

В разделе об эмоциональной устойчивости и психосоциальной помощи в условиях наводнений в городах говорится о специфике наводнений. Он является полезной отправной точкой для получения дополнительной информации о психосоциальной помощи, особенно в сочетании с разделом, где даны определения.

Однако максимальную пользу информация, представленная в данном материале, принесет только в сочетании с более общими и глубокими знаниями о психосоциальной помощи. Значительную часть этой информации можно получить с помощью инструментария.

Данный материал разработан на основе международных стандартов в области психического здоровья и психосоциальной помощи в кризисных ситуациях, таких как *Всеобъемлющее руководство по психическому здоровью и психосоциальной поддержке в кризисных ситуациях*, *Руководство МАСП по психическому здоровью и психосоциальной помощи в чрезвычайных ситуациях*, *Руководство НАТО — TENTS*, а также большое количество руководств и пособий по управлению кризисами и психосоциальной помощи на базе сообществ, разработанных Движением Красного Креста и Красного Полумесяца.



**Как приступить к оказанию
психосоциальной помощи
в разгар наводнения?
—Девять простых шагов**



Как приступить к оказанию психосоциальной помощи в разгар наводнения?

Данные мероприятия могут занять от одного до трех дней. Отдавайте предпочтение наиболее простым действиям, опирайтесь на здравый смысл и начинайте с малого

Девять простых шагов.

1. Уточните в организации, отвечающей за реагирование, и в своей собственной организации, приветствуются ли ваши усилия.
2. Сформируйте команду из нескольких коллег и/или волонтеров, знающих местность. Встречайтесь раз в день, чтобы обменяться информацией и спланировать дальнейшие действия.
3. Найдите безопасное и удобное место для работы и сбора людей (эвакуационный центр, местная школа или подобное место).
4. Убедитесь, что вы и ваша команда изучили основы оказания первой психологической помощи. Начните с руководства *Психосоциальная помощь на уровне сообщества. Книга для участников. Модуль 5, Психологическая первая помощь*.
5. Когда это безопасно и не мешает проведению других (спасательных) мероприятий по реагированию, члены команды совершают прогулки по пострадавшему району.
6. В конце дня встретитесь со своей командой, чтобы определить, как удовлетворить выявленные вами потребности. Вы не сможете сделать все это сами, поэтому найдите другие организации, которые смогут выполнить эту работу.
7. Как можно скорее свяжитесь с людьми, которым нужна поддержка.
8. Часто ходите по районам, пострадавшим от наводнения. На первых порах кому-то из членов команды, возможно, придется посещать их раз в день.
9. Когда эта работа будет начата, прочтите сами или поручите другому человеку прочитать остальную часть этого материала. Проанализируйте выявленные потребности и составьте план на ближайшие 1–3 недели.

Психосоциальные прогулки по территории, где проживает сообщество

- Если вы знаете, какие районы затоплены, распределите улицы между членами команды, чтобы охватить все дома.
- Ходите от дома к дому.
- Представляйтесь и спрашивайте людей, как они себя чувствуют.
- Поговорите со всеми членами семьи, которые расположены разговаривать, включая детей.
- Не торопясь выслушайте истории людей.
- Спросите, могут ли люди предложить какую-либо помощь другим (заглянуть к соседям, несколько часов поработать в приюте, взяв на себя приготовление пищи или присмотр за детьми, и т. д.).
- Запишите потребности и контактные данные людей, с которыми вы разговариваете.
- Не давайте обещаний о помощи, которые вы не можете выполнить.
- Спросите, не знают ли ваши собеседники других людей, которым может понадобиться поддержка.

Основные действия



Основные действия

Ожидается, что в связи с изменениями климата наводнения станут более распространенным явлением. Это означает, что все большее число людей, семей и сообществ будут подвергаться риску наводнений и что сообществам в районах, подверженных наводнениям, следует готовиться к тому, что наводнения будут происходить не один раз в их жизни.

Основные действия структурированы по разделам «Готовность», «Реагирование» и «Восстановление».

Основные действия	Готовность	Реагирование	Восстановление
Составить план действий в чрезвычайных ситуациях	✓		
Включить психосоциальную помощь в общий план работы по обеспечению готовности	✓		
Провести отбор, обучение и оказать поддержку персоналу и волонтерам для оказания психосоциальной помощи	✓	✓	✓
Подготовить и распространить информационные образовательные и коммуникационные материалы			
Включить оказание психосоциальной помощи в школах	✓	✓	✓
Продвигать идею оказания психосоциальной помощи, предлагая информационную поддержку и обучение соответствующим органам власти и заинтересованным сторонам			
Проводить регулярную и постоянную оценку потребностей и оказывать соответствующую поддержку		✓	✓
Регулярно предоставлять информацию в специальных информационных пунктах и на информационных встречах		✓	✓
Использовать мобильные команды для оказания разнообразной поддержки, включая психосоциальную помощь		✓	
Интегрировать психосоциальную помощь в работу эвакуационных центров		✓	
Интегрировать психосоциальную помощь в работу логистических центров		✓	
Оказывать особую поддержку детям и подросткам		✓	✓
Оказывать особую поддержку уязвимым группам населения		✓	✓
Включить в рамки психосоциальной помощи оказание психосоциальной помощи при работе с телами погибших			
Тесно сотрудничать с органами власти по розыску семей и воссоединению семей		✓	✓
Проводить работу по адвокации, ориентированную на органы власти и заинтересованные стороны, обеспечить подотчетность и представлять потребности получателей услуг		✓	✓
Обеспечить координацию дальнейшей медицинской помощи			✓
Объединить меры долгосрочной поддержки, ориентированной на потребности, посредством проведения мероприятий по обеспечению готовности		✓	



Готовность

Готовность, реагирование и восстановление носят циклический характер. Уровень готовности влияет на ответные меры, которые постепенно переходят в восстановление. Составляющей частью эффективного восстановления и реконструкции является снижение риска будущих бедствий и, следовательно, обеспечение готовности как таковой. По этой причине информация о некоторых основных действиях повторяется в двух или даже во всех трех разделах. В некоторых случаях действия идентичны на всех этапах, в других случаях они различны на разных этапах.

Обеспечение готовности к бедствиям относится к мерам подготовки к бедствиям и минимизации их последствий. Таким образом, основное внимание уделяется прогнозированию и по возможности предотвращению бедствий, минимизации их последствий, реагированию на них и эффективной работе по преодолению их последствий. Готовность необходимо поддерживать, а для того, чтобы население было подготовлено, необходимо постоянное взаимодействие с отдельными людьми, семьями, сообществами, представителями власти и организациями.

Социальная и общественная поддержка является самым мощным залогом того, что тяжелый период будет пройден населением положительно. Таким образом, социальные связи лежат в основе эффективной подготовки, реагирования и восстановления.

Отдельные люди, семьи, социальные круги и сообщества должны быть устойчивыми. Наводнение часто продолжается в течение длительного времени, и люди должны быть готовы к этому. С психосоциальной точки зрения, устойчивость — это способность принимать социальную поддержку и опираться на нее, это способность просить и оказывать помощь в позитивном ключе, как отдельным людям, так и семьям и сообществам.

Психосоциальная готовность является составной частью общей готовности.

Основные действия для обеспечения готовности

Составьте полный план действий в чрезвычайных ситуациях

- Определите ответственных за общее планирование действий в чрезвычайных ситуациях, включая ответственных за создание систем кризисной коммуникации.
- Работайте с теми, кто отвечает за общее планирование действий в чрезвычайных ситуациях, убедитесь, что психосоциальные аспекты включены в общее планирование действий в чрезвычайных ситуациях при наводнении.
- Привлекайте к планированию и проведению мероприятий по обеспечению готовности лиц и сообщества, которые уже сталкивались с наводнениями.
- Определите потенциальные риски. Например: какой тип наводнения вероятен и какие районы могут быть затоплены? Регулярно проводите оценку рисков и привлекайте к этой оценке пожилых людей, поскольку они могут иметь ценный опыт борьбы с предыдущими наводнениями.
- Поймите, как понятие «город» определяется на национальном уровне и как оно применяется в отношении района или населенных пунктов, на которые будут распространяться планы.
- Оцените, как сообщества могут пострадать от наводнения. Например: какие группы населения наиболее уязвимы? какие имеются потенциальные ресурсы? каковы факторы риска и каковы защитные факторы сообществ, подверженных риску наводнения?
- Согласуйте мероприятия психосоциального характера с соответствующими политиками, процедурами и ответственными/исполняющими органами, используя поэтапную модель оказания помощи, которая представлена в Приложении 1.
- Определите ключевые действия по реагированию и восстановлению. Используйте главы по реагированию и восстановлению в данном материале в качестве отправной точки.
- Определите, какие психосоциальные мероприятия из проводимых вашей организацией могут быть включены в план действий в чрезвычайных ситуациях. Определите, какая работа проводится филиалами и на национальном уровне. Сотрудники и волонтеры, прошедшие подготовку по оказанию психосоциальной помощи в рамках обычной деятельности, могут быть мобилизованы для устранения последствий наводнения, особенно если они будут обучены заранее.
- Зафиксируйте план действий в чрезвычайных ситуациях в письменном виде. Поделитесь им с соответствующими органами власти, заинтересованными сторонами и лидерами общин и примите меры по реализации мероприятий по обеспечению готовности.

ИНСТРУМЕНТЫ

Руководство МАПСР по психическому здоровью и оказанию психосоциальной помощи в условиях кризисной ситуации



Включите оказание психосоциальной поддержки в общий план деятельности по обеспечению готовности

- Определите, где и как психосоциальные элементы должны быть включены в общую деятельность по обеспечению готовности. Примеры:
 - обсуждение потенциальных рисков с отдельными людьми, семьями и сообществами и определение проблем, позволяющих избежать или минимизировать их воздействие (например, пожилые люди могут не захотеть эвакуироваться, потому что боятся, что их поместят в специальные учреждения, люди беспокоятся о том, что случится с их домашними животными).
 - Обучение сообществ особенностям подготовки мешков для сбора вещей должно включать обсуждение вопроса о том, должны ли входить в мешок предметы, имеющие сентиментальную ценность, фотографии или плюшевый мишка, который может помочь успокоить ребенка.
 - На картах сообществ должны быть указаны лица и учреждения, которые могут организовать мероприятия по оказанию психосоциальной помощи:
 - библиотеки могут продлить часы работы и организовать группы чтения для детей,
 - в домах престарелых могут быть открыты дополнительные социальные и информационные кафе,

- лидеры религиозных общин могут организовать обеспечение горячего питания,
- терапевты могут организовать лекции по вопросам сохранения здоровья в условиях наводнения и перенаправить потерпевших к специалистам,
- школьные учителя, лидеры молодежных и спортивных клубов, лидеры религиозных организаций, социальные работники и другие могут быть обучены навыкам оказания поддержки людям, ставшим жертвами наводнения и способам повышения устойчивости.
- Включайте детей и подростков в проведение мероприятий по обеспечению готовности.
- Включайте представителей уязвимых групп в проведение мероприятий по обеспечению готовности.
- Обучайте членов сообществ основам психосоциальной поддержки и проведению бесед со сверстниками о риске наводнений и готовности к ним. В случае кризиса зайти к соседям и друзьям с вопросом «Как дела?» очень просто, но это может быть очень эффективным способом оказания помощи.
- Донесите информацию о рисках до отдельных людей, семей, социальных кругов и сообществ и привлечите их к разработке планов действий в чрезвычайных ситуациях и эвакуации.
- Регулярно проводите учения по обеспечению готовности. Например, эвакуация при наводнении может быть включена в пожарные учения в учреждениях и на рабочих местах.

ИНСТРУМЕНТЫ

Начните с ответов на семь вопросов из Руководства по проведению быстрой оценки в целях оказания психосоциальной помощи и предотвращения насилия в условиях чрезвычайной ситуации и восстановления, часть вторая, стр. 21



Отбирайте, обучайте и поддерживайте персонал и волонтеров для оказания психосоциальной помощи

- Обучите персонал и волонтеров, занимающихся вопросами психосоциальной помощи и восстановления, чтобы подготовить их к работе в условиях кризиса.
- Обучите персонал и волонтеров, которые частично отвечают за обеспечение общей готовности, например сотрудников служб первой помощи, членов мобильных бригад, специалистов по коммуникации или команд эвакуационных центров, основам оказания психосоциальной помощи и первой психологической помощи.
- Обучите потенциальных членов групп по оценке потребностей оценке психосоциальных проблем.
 - Подготовьтесь к реализации комплексного подхода, обучив команды тому, как включить принципы оказания психосоциальной помощи (обеспечение чувства безопасности, социальной включенности, спокойствия, личной и коллективной эффективности, надежды) в общую работу по реагированию.

ИНСТРУМЕНТЫ

Оказание психосоциальной помощи на базе сообщества — комплект учебных материалов



Подготовьте и распространяйте информационные образовательные и коммуникационные материалы

- Определите или разработайте информационные, образовательные и коммуникационные материалы, которые будут актуальны для сообществ, органов власти, лиц, участвующих в работе по реагированию, персонала и волонтеров, которые могут быть привлечены к участию в действиях по минимизации последствий.
- Определите, как следует адаптировать материалы, чтобы обеспечить наиболее эффективный охват конкретных групп, таких как дети и подростки, лица, не владеющие родным языком населения, или инвалиды.
- Обеспечьте открытый доступ к материалам и предоставляйте их по мере необходимости путем распространения и проведения обучения.

ИНСТРУМЕНТЫ

- Коммуникация о рисках в кризисных и чрезвычайных ситуациях (КРКЧС)
- Раздаточные материалы (РМ) для обеспечения психосоциальной помощи в чрезвычайных ситуациях
- Выступления и публикации об особенностях оказания психосоциальной помощи в чрезвычайных ситуациях



Внедряйте информацию о психосоциальной поддержке в школах

- Вовлекайте учащихся в разработку и отработку планов подготовки к наводнениям, что особенно актуально для школ, находящихся в зонах риска наводнений. Подготовительные мероприятия можно также проводить в формате подготовки к наводнению для семей.
- Повышайте информированность школьников о наводнениях, риске местных наводнений и о системах предупреждения о наводнениях, а также формируйте понимание практических и эмоциональных последствий наводнений в формате, соответствующем возрасту учащихся. Мероприятия могут быть включены в обычные уроки или учебные программы, например по географии.
- Обучите учителей и другой персонал тому, как понимать и поддерживать учащихся, пострадавших от наводнения, в эмоциональном, практическом и образовательном плане.
- Разработайте планы поддержки учащихся, чьи дома были затоплены. Имейте в виду, что, хотя школа может и не быть затоплена, некоторые или все ее ученики могут пострадать. Оказывайте практическую и эмоциональную поддержку пострадавшим учащимся, которые могут быть переведены в другое место, жить в сыром или непригодном для жизни помещении, часто испытывать более высокий, чем обычно, уровень стресса. Убедитесь, что одноклассники, учителя и все родители понимают их ситуацию и знают, как можно оказать им поддержку.

Школы могут сыграть ключевую роль на всех этапах наводнения. Тем, что узнают учащиеся в школах, они зачастую делятся со своими семьями и более широкими сообществами.

ИНСТРУМЕНТЫ

- Программа «Устойчивость детей» — Психосоциальная помощь в школах и вне школ
- Способы обучения реагированию на наводнения различаются в разных школьных системах. Британский Красный Крест разработал хорошие обучающие ресурсы по оказанию помощи при наводнениях: <http://www.redcross.org.uk/What-we-do/Teaching-resources/Lesson-plans/Emergency-flood>



Продвигайте психосоциальную помощь путем предоставления информации соответствующим органам власти и заинтересованным сторонам и их обучения

- Продвигайте скоординированный подход и обмен между организациями.
- Поддерживайте включение психосоциальной помощи в планы по обеспечению готовности и ответные меры для всех заинтересованных сторон посредством продвижения информации о характере и роли психосоциальной помощи. В число заинтересованных сторон могут входить страховой сектор, банки, муниципалитеты, дома престарелых, управление по утилизации отходов, ассоциации строителей.
 - Призывайте страховой сектор поддерживать связь с организациями по защите граждан в целях обеспечения готовности к созданию единых центров в затопленных районах для оказания немедленной и прицельной поддержки владельцам страховок в местах затопления. Другие заинтересованные стороны также могут внести свой вклад, предоставив свои ресурсы в распоряжение единых центров.

ИНСТРУМЕНТЫ

- В выступлениях и публикациях говорите о необходимости оказания психосоциальной помощи во время наводнений.
- Пакет материалов по адвокации. Руководство МОПК по вопросам психического здоровья и психосоциальной помощи в чрезвычайных ситуациях может быть полезно для проведения адвокации во время наводнений





Реагирование

Основными целями реагирования на стихийные бедствия являются спасение от непосредственной опасности и стабилизация физического и эмоционального состояния выживших. Эти цели сопровождаются задачей по восстановлению основных услуг, таких как водоснабжение и энергоснабжение, а в некоторых случаях наводнений — извлечением тел погибших. Сколько времени это займет, зависит от масштаба, типа и условий бедствия. Однако обычно эта работа занимает от одного до шести месяцев и состоит из этапа поиска и спасения сразу после бедствия, за которым следует среднесрочный этап, посвященный стабилизации физического и эмоционального состояния выживших.

Деятельность по реагированию часто не воспринимается как оказание психосоциальной помощи, но она может иметь значительные последствия с точки зрения психосоциального благополучия отдельных людей, семей и сообществ. Например, большинство пострадавших от наводнения людей вполне обоснованно опасаются краж и мародерства в случае вынужденной эвакуации. Такая мера, как патрулирование затопленных домов и имущества до тех пор, пока их не удастся обезопасить, отвечает потребности пострадавшего населения и явно уменьшает финансовые последствия наводнения. Эта мера также снижает уровень стресса и способствует созданию чувства безопасности и надежды, что является важным фактором психосоциального благополучия и способности сохранять устойчивость перед лицом невзгод. Способ удовлетворения потребностей также имеет психосоциальный эффект. Полиция или вооруженные силы могут прекрасно справляться с задачей патрулирования территории, но представители уязвимых групп, таких как иммигранты без документов или люди и сообщества, пережившие деспотическое военное правление или пострадавшие от жестокости полиции, могут не ощущать себя в безопасности в их присутствии. В некоторых случаях сообщество может организовать патрулирование собственными силами.

Следует помнить, что городские сообщества имеют сложную структуру. Это может быть «наша сторона улицы», «мои друзья на другом конце города», «мы, пенсионеры», «мы, приезжие», но они редко определяются конкретной местностью. Наводнение имеет последствия для очень конкретной местной территории. Это означает, что сообщества не будут автоматически реагировать на наводнение или понимать, что нужно делать для оказания поддержки. Это также может означать, что в результате наводнения будут возникать новые сообщества. Если помочь сообществу громче заявить о себе, это усилит деятельность по реагированию и сделает ее более доступной для тех, кто нуждается в поддержке.

Основные действия в ходе реагирования

Проводите регулярную и постоянную оценку потребностей и оказывайте соответствующую поддержку

- Особенно после наводнения потребности людей могут быстро меняться, поэтому проводите оценку потребностей регулярно и часто.
- Если оценка потребностей проведена, организуйте поддержку соответствующим образом (ежедневная оценка потребностей в начале должна сопровождаться ежедневной (повторной) организацией групп поддержки и товаров для распределения).
- Для проведения оценки потребностей используйте ресурсы многопрофильных команд: например, медицинские, спасательные, психосоциальные и другие специалисты должны входить в состав команды.

Полезно знать, что во время кризиса риск насилия обычно возрастает. Насилие может принимать различные формы: самонаправленное насилие (злоупотребление психоактивными веществами, самоубийство), межличностное (избиение детей, отсутствие заботы) и общественное насилие (разграбление домов).

ИНСТРУМЕНТЫ

- Оценка уязвимости и потенциала (ОУП)
- Руководство по проведению быстрой оценки для оказания психосоциальной помощи и предотвращения насилия в чрезвычайных ситуациях и при восстановлении
- Также может быть полезно ознакомиться со Стратегией МФОККиКП по предотвращению насилия, минимизации его последствий и реагированию на него на 2011–2020 гг., см.: www.ifrc.org



Регулярно предоставляйте информацию в специальных информационных пунктах и на информационных встречах

- Предоставляйте информацию в тесном сотрудничестве с местными органами власти и заинтересованными организациями. Включение в процесс предоставления информации широкого круга специалистов, например геологов, метеорологов, экспертов по страхованию, специалистов по психическому здоровью и т. д., может способствовать повышению ее точности и надежности. Важно, чтобы люди, семьи и сообщества доверяли информации и организации, от которой она исходит.
- На регулярной основе информация может быть предоставлена в специально отведенных информационных пунктах в центрах эвакуации и логистики. Информация также может быть предоставлена в цифровом виде и через социальные сети, если они доступны. Обеспечение людей необходимой информацией в нужный момент является психосоциальной помощью, поскольку она помогает отдельным людям, семьям и сообществам понять и сориентироваться в сложной ситуации и принять обоснованные решения. Информированность повышает возможности.
- Информация может быть предоставлена на информационных встречах, где люди имеют возможность задавать вопросы и консультироваться с экспертами по поводу своих самых насущных вопросов и потребностей. Вопросы психического здоровья и психосоциальные вопросы должны быть включены в эти встречи.
- Поскольку городские сообщества имеют сложную структуру, может потребоваться использовать несколько различных каналов для информирования о мероприятиях, которые проводились и будут проводиться для пострадавших от наводнения и их сообществ:
 - Сообщайте о примерах совместной работы сообщества местным СМИ. Чувство признания и причастности к чему-то поддерживает ощущение принадлежности к коллективу и психосоциального благополучия.
 - Регулярно объявляйте о мероприятиях и событиях и приглашайте людей принять в них участие.

- Возможные каналы коммуникации: местные газеты, общественные доски объявлений, собрания, Facebook и другие социальные сети, и тексты.
- Формулируйте основные тезисы и идеи простым для понимания языком, не используйте сложные формулировки и специализированные термины.
- Обучите детей и воспитателей тому, как ограничить время, проводимое у экрана телевизора и других средств массовой информации. Сенсационное и повторяющееся освещение наводнения в СМИ может нанести еще больший вред эмоциональному благополучию детей.
- Социальные сети могут быть мощным инструментом для предоставления информации и мобилизации поддержки. Однако они также часто являются источником дезинформации и тревожных образов. Обсудите с детьми и подростками фотографии и истории, которые они видят в социальных сетях в связи с наводнением, и помогите им понять их смысл.

ИНСТРУМЕНТЫ

- Информирование о рисках в кризисных и чрезвычайных ситуациях (ИРКЧС)
- Раздаточные материалы (РМ) по оказанию психосоциальной помощи в чрезвычайных ситуациях
- Выступления и публикации о роли психосоциальной поддержки в чрезвычайных ситуациях
- Программа «Устойчивость детей» — Психосоциальная помощь в школах и вне школ (БПШ), буклет по проблемам благополучия детей



Используйте мобильные бригады, оказывающие разнообразные виды поддержки, включая психосоциальную помощь

- Мобильные бригады помогают обеспечить поддержку всем нуждающимся, особенно на начальных этапах реагирования. Их работа позволяет охватить тех, кто не находится в убежищах.
- Члены мобильной команды должны как минимум иметь представление об основных принципах оказания первой психологической помощи. Желательно, чтобы один или несколько членов были обучены методам оказания психосоциальной помощи.
- Деятельность мобильной бригады должна быть разнородной: например, предоставление практической информации и поддержки (например, раздача бутылок с водой). Это позволяет командам охватить и тех, кто нуждается в психосоциальной поддержке.

ИНСТРУМЕНТЫ

- Психосоциальная поддержка на базе сообщества: Книга для участников
- Если работа по подготовке не проводилась, обучение и мероприятия должны быть сосредоточены на задаче оказания Психологической первой помощи, см. Модуль 5 (в который входят основные принципы психологической первой помощи)



Отбирайте, обучайте и поддерживайте персонал и волонтеров для оказания психосоциальной помощи

Обучение обеспечивает безопасность и высокое качество оказываемой персоналом и волонтерами поддержки как для подопечных, так и для них самих.

- Отбирайте персонал и волонтеров, которых можно привлечь к работе по запросам сообщества после того, как они пройдут соответствующую подготовку.
 - Набирайте персонал так, чтобы в его составе были в равной степени представлены представители разных полов, культур и возраста; набирайте персонал из числа пострадавших от наводнения и в их сообществах. У людей разные психосоциальные потребности, и разнородная по составу группа помощников способна охватить большее количество людей, семей и сообществ.
 - Отбирайте людей, которые хорошо проявляют себя по отношению к другим.
 - Убедитесь, что все проверки биографических данных волонтеров проводятся в соответствии с местным законодательством. Особое внимание уделите проверке волонтеров, которые будут работать с детьми.

- Ваши волонтеры должны будут подписать Кодекс поведения вашей организации; можно опираться на Кодекс поведения МФОККиКП, если в вашей организации еще не принят собственный Кодекс поведения.
- Обучайте сотрудников и волонтеров справляться с поставленными перед ними задачами.
- Обучайте сотрудников и волонтеров стратегиям самопомощи, чтобы они правильно рассчитывали свои возможности и знали, как делегировать задачи, выходящие за рамки их собственной компетенции.
- Создайте благоприятную и открытую атмосферу для сотрудников и волонтеров, чтобы они чувствовали себя комфортно и могли обратиться за поддержкой в случае необходимости.
- Устраивайте регулярные собрания коллектива для анализа того, как недавнее событие и деятельность влияют на сотрудников и волонтеров.
- Обеспечьте достаточное количество способов поддержки для персонала и волонтеров (поддержка сверстников, доступ к специалистам по психическому здоровью).

ИНСТРУМЕНТЫ

- Забота друг о друге. Психосоциальная поддержка уязвимых групп населения.
- Кодекс поведения МФОККиКП или Национального общества.
- Содержание обучающих занятий, которое наиболее актуально для начала, будет различным в различных ситуациях наводнений. Пожалуйста, обратитесь к обзору набора инструментов, прилагаемого к данному материалу, чтобы определить, какие инструменты в наибольшей степени подойдут для конкретной ситуации.



В структуру центров помощи при эвакуации должна быть интегрирована психосоциальная поддержка

- В Европе во время наводнений люди часто не живут в убежищах, а размещаются у друзей и родственников. В этом случае эвакуационные центры могут оказывать поддержку, когда люди возвращаются в течение дня, чтобы разобраться с жильем, или обращаются за помощью в получении продовольственных и непродовольственных товаров, информации, медицинской помощи и т. д. Психосоциальная поддержка должна быть интегрирована в эти структуры поддержки, а не предоставлена как отдельная услуга.
- Если школы и другие учреждения не функционируют, учителя могут проводить мероприятия по психосоциальной поддержке в центрах и/или создавать подобные центры на базе школ и детских садов.
- Если необходима фармакологическая и/или медицинская структура поддержки в эвакуационном центре, специалисты в области психического здоровья должны быть интегрированы, чтобы они могли оказывать помощь незамедлительно и выявлять наиболее уязвимых или находящихся в наиболее тяжелом эмоциональном состоянии людей или их семьи.
- Информационные сообщения, встречи, а также информационные веб-сайты должны включать вопросы психического здоровья и психосоциальные вопросы и всегда функционировать в двух направлениях (для сбора наиболее часто задаваемых вопросов и проблем, которые вызывают беспокойство в данный момент).
- В структуру эвакуационных центров должны быть встроены помещения, удобные для детей.

ИНСТРУМЕНТЫ

- Психосоциальная поддержка на уровне сообщества — учебный комплект, книга для участников. Если работа по подготовке не проводилась, обучение и мероприятия должны быть основаны на Модуле 5 «Психологической первой помощи».
- Руководство по созданию благоприятных для детей пространств в чрезвычайных ситуациях.
- Программа повышения устойчивости детей — Психосоциальная поддержка в школах и вне школ, трек 3, дети, пострадавшие от стихийных бедствий



Психосоциальная поддержка также должна быть интегрирована в логистические центры

- Психосоциальная поддержка также должна быть интегрирована в логистические центры, обеспечивающие сбор и распределение денежных средств и/или непродовольственных товаров, например:
 - Сбор и распределение должны осуществляться достойным и безопасным образом.
 - Персонал и волонтеры в логистическом центре должны быть обучены основам оказания первой психологической помощи и тому, как перенаправлять людей с психосоциальными потребностями в другие службы,
 - Необходимо обеспечить наличие спокойных мест в логистических центрах, укомплектованных специальными сотрудниками или волонтерами, специализирующимися в психосоциальной работе.
 - Товары должны предоставляться на основе регулярной оценки потребностей в данный момент.

ИНСТРУМЕНТЫ

- Психосоциальная поддержка на уровне сообщества — учебный комплект, книга для участников. Если работа по подготовке не проводилась, обучение и мероприятия должны быть направлены на оказание первой психологической помощи, модуль 5.
- Руководство по созданию благоприятных для детей пространств в чрезвычайных ситуациях.

Детям и молодежи должна быть предоставлена особая поддержка

Дети более уязвимы, чем взрослые, в силу своего возраста, роста и недостаточной зрелости, отсутствия опыта, ограниченности своих знаний и практической и эмоциональной зависимости от родителей или лиц, осуществляющих уход за ними.

- Способствуйте тому, чтобы семьи не разделялись и воссоединялись как можно быстрее. По возможности оставляйте детей с их матерями, отцами, родственниками или другими знакомыми лицами, осуществляющими уход. Семья обычно является источником повседневной заботы и поддержки и обеспечивает защиту детей, если она функционирует нормально. В стрессовой ситуации дети, как правило, обращаются к взрослым, которые заботятся о них, за советом, как реагировать.
- Создайте среду, доброжелательную по отношению к детям, и уголки для молодежи. Для поддержания психосоциального благополучия детей очень важно обеспечить им возможность играть и отдыхать, и установить четкий распорядок дня:
 - Если школы и детские сады не работают, обеспечьте безопасные места для обучения и отдыха.
 - Родители и другие взрослые, занимающиеся уходом за детьми, могут быть заняты восстановлением своих домов, в том числе по вечерам и в выходные дни.
- Психосоциальная поддержка и консультирование родителей, учителей и других лиц, осуществляющих уход, по вопросам особых потребностей детей и подростков поможет лицам, осуществляющим уход, поддержать детей и подростков, а также поможет взрослым сохранять твердость духа:
- Убедитесь, что мероприятия осуществляются с учетом культурных особенностей и охватывают детей и подростков, которые изначально уязвимы, таких как лица с ограниченными возможностями или представители маргинализированных групп. Примите дополнительные меры, чтобы поддержать их участие, когда это необходимо.

ИНСТРУМЕНТЫ

- Психосоциальная поддержка на уровне сообщества — учебный комплект, книга для участников. Если работа по подготовке не проводилась, обучение и мероприятия должны быть направлены на оказание первой психологической помощи, модуль 5.
- Руководство по созданию благоприятных для детей пространств в чрезвычайных ситуациях.
- Программа «Укрепление устойчивости детей» — Психосоциальная поддержка в школах и вне школ (УУД).

- Нужно как можно активнее информировать и вовлекать детей и подростков и в то же время ограждать их от слишком большого груза конфронтации и ответственности.

Психосоциальная поддержка должна быть интегрирована в школы

- Повышайте информированность учащихся о наводнении и его последствиях и сформируйте понимание практических и эмоциональных последствий наводнения в формате, соответствующем возрасту. Мероприятия могут быть встроены в обычные уроки или учебные программы (такие как география). Помогайте учащимся принимать активное участие в процессе восстановления (например, в покраске стен школы) и сосредотачивайте информацию также на спасательных и восстановительных работах, чтобы восстановить доверие и чувство безопасности.
- Обеспечьте предоставление учащимся соответствующей возрасту актуальной, точной, своевременной и понятной им информации.
- Обучайте учителей и другой персонал навыкам понимания и оказания поддержки учащимся, пострадавшим от наводнения, в эмоциональном, практическом и образовательном плане.
- Оказывайте поддержку учащимся, чьи дома оказались затоплены. Помните, что, даже если школа не была затоплена, некоторые или все ее ученики могли тем не менее пострадать. Оказывайте практическую и эмоциональную поддержку пострадавшим ученикам, которые могли быть переселены далеко от школы, живут в сыром или непригодном жилье, часто испытывают более высокий, чем обычно, уровень стресса. Убедитесь, что одноклассники, учителя и все родители понимают их ситуацию и знают, как оказать поддержку.
- Откройте школьные помещения для проведения внеклассных мероприятий, таких как учебные уголки, развлекательные мероприятия, кулинарные классы, клубы для завтраков для учащихся и, если необходимо, их семей.
- Создайте в школах группы для детей, пострадавших от наводнения, чтобы они могли поговорить и получить поддержку.
- Предоставьте учащимся возможность проговорить свои проблемы и помочь найти решение.

Школы могут выполнять важнейшую роль на всех этапах наводнения. Учащиеся часто передают то, что они узнали, в свои семьи и в более широкие сообщества.

ИНСТРУМЕНТЫ

- Программа укрепления устойчивости детей: Психосоциальная поддержка в школах и вне школ



Обеспечьте особую поддержку представителям уязвимых групп

Чем больше факторов стресса в жизни человека, тем больше вероятность того, что он окажется уязвимым. Дополнительная забота о тех, кто уже находится в уязвимом положении, может уменьшить негативное воздействие, которое эти люди могут испытать.

- В ходе оценки потребностей определите, каким уязвимым группам следует уделить особое внимание.
- Часто уязвимые группы получают наибольшую пользу от включения в общие психосоциальные мероприятия:
 - Люди с ограниченными возможностями могут быть включены, если им предоставить доступную информацию (например, передавать сообщения, используя параллельно несколько форматов, таких как аудио-, визуальный и письменный), а также обеспечить доступность мест для оказания поддержки, например, для инвалидов колясок.
 - Пожилым людям может потребоваться помощь в транспортировке к месту проведения мероприятия и обратно, или им может быть предоставлено горячее питание.
 - Люди и группы, говорящие на других языках, могут быть включены в программу с помощью переводчика.
 - Люди с психическими расстройствами могут нуждаться в организации четкого распорядка дня, а также в помощниках, которых они хорошо знают и которым доверяют, чтобы иметь возможность участвовать в мероприятиях.

- Другим уязвимым группам могут понадобиться мероприятия, разработанные специально для них:
 - Людям, живущим в учреждениях медико-санитарной помощи, может понадобиться дополнительная эмоциональная поддержка во время эвакуации.
 - Беженцам и лицам, обращающимся за предоставлением убежища, скорее всего, потребуется поддержка в получении помощи.
 - Семьи, нелегально проживающие в каком-либо помещении, часто не хотят обращаться в государственную систему поддержки из-за страха выселения. Это может повлиять на их возможность получения страховки, необходимой для восстановления дома.

Интегрируйте психосоциальную поддержку в работу с человеческими останками и обеспечьте постоянную поддержку семьям людей, пропавших без вести

- Обеспечьте уважительное отношение к умершим и их близким.
- Сопровождайте членов семьи в процессе получения объяснения и информации о пропавшем или умершем близком человеке, а также во время процедуры опознания. Дети не должны помогать в идентификации человеческих останков. Поддерживать семьи означает быть рядом и сохранять спокойствие, выслушивать их, когда они делятся своими страхами и горестями, обеспечивать чувство безопасности, предлагать практическую помощь в организации похорон и предоставлять информацию: например, о том, куда можно обратиться за дальнейшей помощью или знаниями.
- Оказывайте постоянную поддержку семьям пропавших без вести людей. Обеспечьте им доступ к обновленной информации, если таковая имеется, перенаправив их в службу поддержки по восстановлению семейных связей или аналогичные службы. Включите их в регулярные мероприятия по психосоциальной поддержке или организуйте специальные мероприятия по мере необходимости.
- Поддерживайте уважительное отношение к культурным и религиозным потребностям, включая пожелания семей увидеть тела погибших родственников и как можно быстрее передать человеческие останки ближайшим родственникам. Взаимодействуйте с родителями или лицами, осуществляющими уход за детьми, чтобы прощание с погибшими родственниками прошло для детей максимально мягко.
- Оказывайте поддержку и помощь персоналу и волонтерам, работающим с человеческими останками, оказывайте поддержку членам семей этих сотрудников и волонтеров.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

Инструменты, посвященные вопросам психосоциальной поддержки при работе с человеческими останками, еще не разработаны. Однако понимание стандартов и практических шагов по работе с человеческими останками имеет значение для оказания качественной психосоциальной помощи членам семьи и родственникам погибших. Начать можно со следующего материала: «Работа с телами погибших после катастроф: Руководство для служб первой помощи на местах», РАНА («Врачи за организацию доступа к услугам здравоохранения в США»), ВОЗ, МККК и МФОККИП, 2009.



Тесно сотрудничайте с органами власти в предоставлении услуг по розыску членов семьи и воссоединению семей

- Если люди пропали без вести и/или имеются подозрения, что есть жертвы, рекомендуется тесно взаимодействовать с органами власти и специалистами по психосоциальной помощи в поиске родственников, идентификации тел погибших и в работе по воссоединению семей.
- Естественно, что люди испытывают чувство потери, когда они разлучены с членами семьи. Потери зачастую сопровождаются чувством неуверенности, вины, самообвинения, гнева и страха. Эти чувства настолько сильны, что могут мешать людям справляться со своей ситуацией в целом. В разгар наводнения это может быть опасно или вредно для них самих и окружающих их людей.

ИНСТРУМЕНТЫ

- Психосоциальная поддержка на уровне сообщества — учебный комплект, книга для участников. Если работа по подготовке не проводилась, обучение и мероприятия должны быть направлены на оказание первой психологической помощи, модуль 5.

**Проводите работу по адвокации перед органами власти и заинтересованными сторонами, предоставляйте отчеты о деятельности и представляйте потребности получателей помощи**

Никакая организация не сможет самостоятельно удовлетворить все потребности, которые будут выявлены, поэтому важно наладить сотрудничество с другими агентствами, органами власти и заинтересованными сторонами. Для обеспечения психосоциальной устойчивости очень важно добиться того, чтобы мнения и пожелания получателей помощи были услышаны, и чтобы к ним прислушивались, обеспечивая помощь.

- Проводите разъяснительную работу с органами власти и заинтересованными сторонами, такими как органы образования, медицинские учреждения, службы утилизации отходов, страховые компании и банки, чтобы обеспечить подотчетность и представлять потребности получателей помощи.
- Стимулируйте организации координировать свои действия и выступать единым фронтом.
- Стимулируйте сообщества к созданию групп для защиты своих интересов. Ощущение личной эффективности и эффективности сообщества является важным элементом психосоциального благополучия.

ИНСТРУМЕНТЫ

- Как говорить и писать о психосоциальной поддержке в чрезвычайных ситуациях.
- Также «Пакет материалов по адвокации. Руководство Межорганизационного постоянного комитета по психическому здоровью и психосоциальной поддержке в чрезвычайных ситуациях» может послужить полезным материалом для проведения работы по адвокации в условиях наводнения.

**Обеспечьте работу «координационных центров» для оказания дальнейшей помощи**

- После закрытия эвакуационных центров рекомендуется сохранить координационные пункты для обеспечения долгосрочной поддержки и активной помощи.
 - Эти координационные пункты (или центры «одного окна») должны обеспечивать оценку, скрининг, направление заявителей на все виды необходимой поддержки.
 - Работу координационного центра в очном режиме должен поддерживать координационный онлайн-центр.
- Районы, в наибольшей степени подверженные риску, могут получить существенную пользу от преобразования эвакуационных центров в общественные центры, чтобы внимание можно было уделить конкретной работе по восстановлению материальной инфраструктуры.

ИНСТРУМЕНТЫ

- Руководство по вопросам психического здоровья и психосоциальной помощи МОПК в чрезвычайных ситуациях.





Восстановление

Работа по восстановлению относится к тем мероприятиям и программам, которые выходят за рамки незамедлительного оказания помощи в чрезвычайной ситуации в целях оказания поддержки тем, кто в наибольшей степени пострадал от бедствия, в восстановлении их домов, жизни и сферы услуг и укреплении их способности справляться с будущими кризисами.

Наводнение само по себе является серьезным фактором стресса, но зачастую труднее оказывается справиться с вторичными факторами стресса. Вторичные факторы стресса включают финансовое бремя, связанное с восстановлением дома, переездом, неуверенностью в будущем, страхом перед новым наводнением, управлением проектом с участием строителей, страховых компаний и органов власти, неполучением обещанной или необходимой поддержки, а также негативное влияние, которое все это оказывает на брак, семейные отношения, дружбу и способность функционировать на работе или в школе. Поэтому наибольшему эмоциональному воздействию люди, семьи, сообщества подвергаются после того, как вода отступает, и оно часто сохраняется в течение нескольких месяцев и лет. Это означает, что люди склонны испытывать новые страдания и ухудшение здоровья как раз в тот момент, когда, казалось бы, адаптационный период уже позади. Церемонии, памятные мероприятия и празднование достижений важны на этом этапе.

Мероприятия по восстановлению отчасти продолжают или представляют собой адаптацию мероприятий по борьбе с чрезвычайной ситуацией, отчасти — являются мероприятиями по обеспечению готовности. Если в рамках ответных мер не было проведено достаточно мероприятий по оказанию психосоциальной поддержки, еще важнее начать их на этапе восстановления. Этап восстановления дает больше времени для создания устойчивости сообщества и развития психосоциального благополучия. Мероприятия по восстановлению, возможно, являются более специализированными и структурированными. По сравнению с этапом реагирования на чрезвычайную ситуацию это требует иных или дополнительных навыков и подготовки тех, кто осуществляет мероприятия.

Мероприятия по обеспечению готовности помогают отдельным людям, семьям, социальным сетям и сообществам восстановить чувство контроля и, следовательно, сделать шаг к психосоциальному благополучию. Мероприятия по обеспечению готовности должны быть направлены на сообщества, подверженные риску в целом — как на тех, кто пострадал от наводнения, так и на тех, кто не пострадал.

Частные люди, семьи, сообщества будут реагировать как положительно, так и отрицательно, и, скорее всего, реакции проявятся через некоторое время, когда стресс, вызванный наводнением, начнет сказываться. В результате наводнения возникнут новые социальные связи и разорвутся прошлые. Эта эволюция может быть как позитивной, так и негативной, но в любом случае она будет особенно сложно протекать в городской среде.

Если привлечь внимание населения к устойчивости сообщества, это сильнее укрепит сообщество и привлечет тех, кто нуждается в поддержке. Мероприятия, в которых люди работают вместе во имя общей цели: например, восстановление зоны отдыха и игровых площадок, восстановление садов и т. д. — могут помочь укрепить связи между членами сообщества. Уборка мусора и других видимых признаков наводнения, восстановление садов и парков помогает восстановить чувство своего места и ощущение нормы.

Восстановление — это возможность улучшить ситуацию и сделать сообщество более устойчивым в будущем. Дома можно отстроить лучше прежнего, то же самое относится и к сообществам, и к личным навыкам. Частью работы по восстановлению является подготовка к следующему наводнению или кризису, чтобы уменьшить его последствия.

Основные шаги по восстановлению

На регулярной и постоянной основе проводите оценку потребностей и оказывайте соответствующую поддержку

- Потребности людей, особенно после наводнения, меняются, и изменения могут проявиться только через некоторое время после того, как наводнение произошло, поэтому рекомендуется постоянно проводить оценку потребностей.
- Если оценка потребностей проведена, необходимо соответствующим образом организовать поддержку.
- Для проведения оценки потребностей рекомендуется создавать многопрофильные команды, в которые войдут, например, специалисты по работе с населением, специалисты психосоциальной службы или волонтеры, руководители религиозных организаций могут входить в состав команды в зависимости от ситуации. По мере изменения потребностей может потребоваться изменить состав группы специалистов по оценке, чтобы отразить эти изменения.
- Обеспечьте участие членов сообщества всех возрастов как в перестройке зданий и инфраструктуры, так и в перестройке процессов принятия решений.

Полезно знать, что во время кризиса риск насилия обычно возрастает. Насилие может принимать различные формы: самонаправленное насилие (злоупотребление психоактивными веществами, самоубийство), насилие, направленное на других людей (избиение детей, отсутствие заботы) и насилие в адрес общества (разграбление домов).

ИНСТРУМЕНТЫ

- Оценка уязвимости и потенциала (ОУП).
- Руководство по быстрой оценке для психосоциальной поддержки и предотвращения насилия в чрезвычайных ситуациях и при восстановлении.



Регулярно предоставляйте информацию в специальных информационных пунктах и на информационных встречах

На этом этапе очень важна защита. Часто агрессия и гнев возникает из-за того, что люди слышат обещания, которые уже неактуальны или выполнение которых невозможно. Постоянный диалог между пострадавшими людьми, органами власти и компаниями (страховыми, строительными и т. д.), общественные собрания, а также координационные пункты для оказания последующей помощи помогают предотвратить или уменьшить негативные последствия для отдельных людей, семей и сообществ. Основные действия по обеспечению информирования населения на этапе реагирования сохраняют свою важность и актуальность, см. выше.

Объедините долгосрочную поддержку на основе потребностей с мероприятиями по обеспечению готовности

- Поддерживайте или создавайте центры «одного окна» или общественные центры для координации и предоставления долгосрочной поддержки в сотрудничестве с другими органами власти, заинтересованными сторонами и другими организациями.
- Организуйте семинары и процессы для вовлечения и привлечения членов сообщества к работе по восстановлению, включая разработку среднесрочных и долгосрочных программ психосоциальной поддержки.
- Рекомендуется проводить общие мероприятия, такие как встречи общественности с квалифицированным психологом для обсуждения нормальных реакций и стрессов после наводнения, встречи общественности с другими экспертами и властями по вопросам дальнейших рисков и восстановления безопасности.
- Проведение в школах бесед о наводнении может быть уместно, и за ними могут последовать мероприятия по подготовке к наводнению.
- Целевая и структурированная помощь для определенных уязвимых групп может быть организована для укрепления поддержки. Помощь должна быть организована на основе результатов оценки потребностей:
 - Родителям и лицам, осуществляющим уход за детьми, может потребоваться поддержка для оказания помощи своим детям.
 - Сообществам может потребоваться поддержка в поддержании связей с теми, кто переезжает на новое место.
 - Детям и подросткам может понадобиться поддержка в том, как объяснить своим сверстникам, которых не коснулось наводнение, что они испытали.
 - Членам сообщества, лишившимся средств к существованию, может понадобиться поддержка в поиске путей восстановления стабильных доходов.
 - Отдельным людям, семьям и сообществам могут быть полезны мероприятия по повышению устойчивости, чтобы восстановить чувство безопасности и подготовиться к дальнейшим наводнениям.

Грамотная оценка всех мероприятий по психосоциальной поддержке может стать основой для адаптации и актуализации подхода и обеспечения большей подготовленности к следующему наводнению.

ИНСТРУМЕНТЫ



- Инструменты, наиболее актуальные на момент начала работы, будут отличаться в зависимости от специфики каждого наводнения. Пожалуйста, обратитесь к обзору набора инструментов, прилагаемого к данному материалу, чтобы определить инструменты, наиболее подходящие для конкретной ситуации.

Отбирайте, обучайте и поддерживайте персонал и волонтеров для оказания психосоциальной поддержки

В период восстановления потребности в обучении, скорее всего, возрастут, поскольку деятельность перейдет от преимущественно психологической первой помощи и оказания поддержки на более практическом уровне к таким формам участия, как работа с утратой, помощь в осознании вероятности риска другого наводнения, облегчение напряженности после наводнения, распределение нагрузки на членов семьи и работа с их отношениями или работа в сообществе для повышения готовности и взаимной поддержки. Таким образом, потребности в обучении часто будут сосредоточены на таких темах, как консультирование и организация групп поддержки и активности.

- Организуйте тренинги заблаговременно до начала мероприятий и проводите занятия по переподготовке по согласованию с волонтерами.
- Обратитесь в филиалы или национальные штаб-квартиры с просьбой о поддержке от их инструкторов — специалистов по психосоциальной поддержке.

- Новые сотрудники и волонтеры должны пройти вводный инструктаж в своей организации.
- Продолжайте проводить регулярные собрания коллектива: они помогут проанализировать, как события и мероприятия влияют на сотрудников и волонтеров
- Обучайте сотрудников и волонтеров стратегиям самопомощи, пониманию пределов собственных возможностей, поддержке коллег и тому, как передавать специалистам дела, выходящие за рамки их компетенции.
- Отслеживайте уровень стресса отдельных людей и всего коллектива, организуйте досугово-развлекательные мероприятия в целях снижения стресса.
- Создайте благоприятную и открытую атмосферу для сотрудников и волонтеров, чтобы они чувствовали себя комфортно и могли обратиться за поддержкой, когда она им нужна.
- Основные действия в отношении персонала и волонтеров на этапе реагирования сохраняют свою важность и актуальность, см. выше.

ИНСТРУМЕНТЫ

Забота о волонтерах. Пособие по психосоциальной поддержке.

Забота друг о друге. Психосоциальная поддержка уязвимых групп населения.

Кодекс поведения МФОККиКП или Национального бщества.

Для участников тренинга в разных ситуациях наводнения будут актуальны разные вопросы. Пожалуйста, обратитесь к обзору набора инструментов в приложении к данному материалу, чтобы определить, какие инструменты будут наиболее подходящими для конкретной ситуации.

Оказывайте особую поддержку детям и подросткам

Основные действия по оказанию особой поддержки детям и подросткам на этапе реагирования сохраняют свою важность и актуальность, см. выше.

Интегрируйте психосоциальную поддержку в школах

Основные действия по оказанию особой поддержки детям и подросткам на этапе реагирования сохраняют свою важность и актуальность, см. выше

Также,

- в период восстановления школы необходимо отслеживать и обновлять планы по ликвидации последствий наводнения и помогать отмечать годовщины наводнения и вехи восстановительной работы.

Оказывайте особую поддержку уязвимым группам населения

Основные действия по оказанию особой поддержки уязвимым группам на этапе реагирования сохраняют свою важность и актуальность, см. выше.

Тесно взаимодействуйте с органами власти в целях предоставления услуг по поиску семей и воссоединению семей

Основные действия по поиску и воссоединению семей на этапе реагирования сохраняют свою важность и актуальность, см. выше.

Работа по адвокации, ориентированная на органы власти и заинтересованные стороны, обеспечение отчетности и представление потребностей получателей помощи

Ключевые действия по адвокации, предпринимаемые на этапе реагирования, остаются актуальными и важными, см. выше.

**Эмоциональная устойчивость
и психосоциальная поддержка
при наводнениях в городской среде**





Эмоциональная устойчивость и психосоциальная поддержка в городских ситуациях наводнения

Наводнение — наиболее часто повторяющееся стихийное бедствие во всем мире и в Европе. По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), речные и прибрежные наводнения коснулись 3,4 миллионов человек в Европейском регионе ВОЗ за последние 10 лет и повлекли за собой большие социально-экономические издержки. Согласно прогнозам, в результате изменения климата частота и интенсивность наводнений будет возрастать.

Урбанизация представляет собой риск, поскольку инфраструктура, такая как здания, дороги и пространства, в строительстве которых использован цемент, характерные для городских районов, препятствуют проникновению осадков и речных или прибрежных паводков в почву, что повышает риск наводнений. Кроме того, значительно повышают риск и плохое обслуживание и нехватка емкости канализационных систем.

Семьдесят пять процентов жителей Европы проживают в городах, и ожидается, что это число будет расти. Увеличение частоты и интенсивности наводнений, а также количества людей, проживающих в городских районах, может привести к увеличению числа людей, уязвимых к последствиям наводнений.

После наводнения большинство людей (80%) способны восстановиться при поддержке семьи, друзей, социального круга и своих сообществ в одиночку и поэтому нуждаются в меньшей поддержке Красного Креста Красного Полумесяца или аналогичных организаций или вовсе не ощущают в ней необходимости. Остальным 20% будет полезна психосоциальная поддержка на уровне сообщества, а небольшое количество людей будет нужно перенаправить к специалистам. В частности, при наводнениях психосоциальные проблемы проявляются спустя долгое время после того, как вода уходит, поэтому важно не прекращать психосоциальную деятельность до тех пор, пока на ее необходимость указывают результаты оценки потребностей населения.

Данный раздел представляет собой введение в вопросы психосоциальной поддержки, специфические для ситуации наводнения. Существует огромное количество информации и инструментов для оказания психосоциальной поддержки в целом и для оказания помощи по конкретным вопросам или для конкретных целевых групп. Начать изучение этих материалов можно с ознакомления с предлагаемым набором инструментов.

Эмоциональная устойчивость

Устойчивость — это способность позитивно реагировать или адаптироваться к трудному и сложному событию или опыту или позитивно переживать трудные события. По сути, устойчивость представляет собой адаптационный потенциал людей и их способность получать, принимать и использовать социальную поддержку. Различные человеческие, физические, психологические, социальные, финансовые и политические факторы влияют на способность людей переносить, адаптироваться и быстро восстанавливаться после стрессов и потрясений, каким является, например, наводнение. В концепции эмоциональной устойчивости

признается, что люди могут испытывать временные трудности. Признавая потенциал, который отдельные люди, семьи и сообщества имеют и могут приобрести в своих условиях, подход к устойчивости направлен на укрепление их способности противостоять воздействию неблагоприятных факторов. Устойчивость можно наблюдать и укреплять на индивидуальном, общественном, организационном и страновом уровне. Эти уровни взаимосвязаны, влияют друг на друга, а также связаны с региональным и глобальным уровнями.

Отдельные люди, семьи и сообщества демонстрируют удивительную психосоциальную устойчивость в условиях кризиса. В целом, до 80% людей восстанавливаются в психосоциальном плане при помощи семьи и друзей, при поддержке своих сообществ и не нуждаются в профессиональной поддержке. Однако процент этих людей меняется от кризиса к кризису.

ОБУЧЕНИЕ СОТРУДНИКОВ И ВОЛОНТЕРОВ



В рамках семинара по готовности к наводнению и психосоциальной поддержке в Венгрии члены тесно сплоченной группы жителей города обсудили многочисленные источники поддержки, которые были необходимы и предоставляли помощь в процессе реагирования на бедствие и восстановления. Говоря об успехе реагирования на муниципальном уровне, группа отметила, что: «... пострадавшее население и сотрудников муниципалитета связывают постоянные личные отношения. Поскольку город небольшой (7700 человек) и многие сотрудники занимают несколько должностей, местные власти смогли наладить отношения [с гражданами] задолго до того, как произойдет бедствие. Это доверие было важным элементом успеха их работы».

Эмоциональная устойчивость в городской среде

Обеспечение эмоциональной устойчивости отдельных людей, семей и сообществ, проживающих в городской среде, является сложной задачей. Люди могут относить себя к сообществам, таким как «наша сторона улицы», «мои друзья на другом конце города», «мы, пенсионеры», «мы, приезжие», и состав этих сообществ редко определяется конкретным местом проживания. Наводнение затрагивает очень конкретную местность. Это означает, что социальное окружение человека и сообщества, к которым он себя относит, не будут автоматически реагировать на наводнение или понимать, что нужно сделать для оказания поддержки. Это также может означать, что в результате наводнения возникнут новые сообщества.

Для некоторых людей проживание в городской местности предполагает особые факторы риска, которые необходимо учитывать в ситуации наводнения:

- Семья и друзья, которые могут оказать наибольшую эмоциональную и практическую поддержку, могут не жить поблизости и, следовательно, не быть рядом и не настолько понимать ситуацию.
- Соседи по дому могут не быть знакомы с пострадавшими и, следовательно, не иметь возможности или желания оказать поддержку.
- Пострадавшие могут не иметь информации о том, что поступают предложения поддержки от организаций или местных органов власти, поскольку представители этих организаций не входят в их обычный круг общения или сообщество. В качестве примера можно привести местные культовые сооружения, местный магазин, предлагающий сухую одежду и мебель, или муниципалитет, предлагающий чрезвычайные меры по утилизации отходов.
- Жители городов могут ожидать, что власти справятся с ситуацией, им могла бы быть полезна поддержка в организации самопомощи.

- Уязвимых людей могут выявить соседи, но не оказывать им поддержку, считая, что ее должен оказать кто-то другой.
- Чем больше факторов стресса в жизни человека, тем большей устойчивостью он должен обладать, чтобы справиться с ними. Выявление источников практической и финансовой поддержки и получение доступа к ним также может потребовать значительных усилий. Городское развитие является сложным процессом и требует комплексного управления, в котором бывает трудно сориентироваться и понять, как его использовать. В случае долгосрочного восстановления есть особые основания полагать, что восстановление своего дома потребует больших усилий. К переговорам со страховыми компаниями, руководству строителями, заботе о своей семье, проживанию во временном жилье, которое может находиться далеко от дома, и просьбам о предоставлении отгулов на работе для восстановления необходимо добавить задачу сориентироваться в решениях, принимаемых муниципальными властями по восстановлению, и в предложениях об оказании поддержки.
- Частные лица, семьи и сообщества редко знают тех, кто оказывает первую помощь, муниципальных администраторов, политиков или других лиц, помогающих в борьбе с наводнением, поэтому столь велика задача установить доверие. Конфликт может также возникнуть, если кто-то будет вести себя более агрессивно по отношению к незнакомым людям. Публичные действия волонтеров Красного Креста и Красного Полумесяца и других организаций, пользующихся уважением в обществе, повысят доверие. Такие мероприятия, как открытие суповых кухонь, приютов, детских уголков в общественных библиотеках, бесплатное пожертвование б/у одежды из магазинов секонд-хенд, являются важным стимулом и пробуждают проявления доброты среди незнакомых людей.
- СМИ играют важную роль в жизни города, поскольку большинство людей, семей и сообществ получают из них информацию. Достоверные, точные и четкие сообщения о проблемах наводнений могут стать источником поддержки на всех этапах кризиса, связанного с наводнением. Работа со СМИ, направленная на то, чтобы показать, что люди помогают и поддерживают друг друга в ситуации наводнения, может принести пользу зачастую разобщенному городскому населению и сообществу и явиться альтернативой информации и историям о конфликтах и разногласиях. Отделения Красного Креста и Красного Полумесяца или другие организации, которые пользуются доверием общества, могут запустить сайты на различных платформах, чтобы освещать позитивные действия различных членов городского сообщества, и таким образом вдохновить население на более позитивные действия.

Хотя большинство людей имеют представление о понятии «город», четкого определения не существует. В каждой стране — свое собственное определение города. Кроме того, организации, работающие в одной и той же области, часто используют разные определения. Это еще больше усложняет ситуацию: различные сообщества и отдельные люди могут считать себя городскими, а могут и не считать, даже если правительство или организация определяют их таковыми.

Для создания эмоциональной устойчивости сообщества в городской среде целесообразно рассмотреть, чувствуют ли частные люди, семьи и сообщества связь друг с другом и что именно может защитить или, напротив, создать риск для их ощущения взаимосвязи и причастности.

КАК ОПРЕДЕЛИТЬ «ГОРОДСКУЮ» СРЕДУ

Общие критерии, используемые для определения городских территорий, включают, но не ограничиваются следующими положениями: численность населения, концентрация населения, сфера услуг, время в пути до крупных городов, преобладающий вид экономической деятельности, соответствие юридическому или административному статусу, территории, исторически относящиеся к городским, и местные знания. В Ирландии город понимается как города и поселки, включая пригороды, с населением 1500 и более человек. В Дании городскими считаются населенные пункты с населением 200 и более человек. В Венгрии городские районы — это населенные пункты, признанные президентом республики с названием «город». Город определяется с помощью экономических, коммерческих, институциональных, культурных и других критериев.

В 2014 году в Европейском Союзе была разработана система сети с квадратами площадью 1 кв. км для измерения плотности населения. Территория считается городской, если в кластере квадратов плотность населения составляет не менее 300 человек на квадрат, а общая численность населения — не менее 5000 человек. Результаты применения этой системы еще не опубликованы, и каждая страна — член ЕС продолжает использовать свои собственные системы на национальном уровне.

В ООН не используется собственное определение, поскольку характеристики городских и сельских районов в мире слишком различны. Вместо этого ООН применяет национальные определения и статистические данные для составления своей глобальной статистики.



Понять, какое влияние оказывают наводнения на сообществам



Сообществам необходима поддержка в управлении работой по восстановлению и информированию о своих потребностях. Большинство сообществ не имеет опыта или единых моделей, чтобы справиться с ущербом, который наносит наводнение или другой крупный кризис социальной инфраструктуре. И все же для того, чтобы восстановиться, людям необходимо понять и осмыслить ситуацию. Это помогает объяснить, почему людям так важно проговорить произошедшее, поделиться своей историей и общаться с другими людьми, которые также пострадали.

До наводнения пострадавшие люди, семьи и сообщества пребывали в относительно стабильном состоянии. Различия в социальном и экономическом статусе, эмоциональных сильных и слабых сторонах, потребностях и правах на поддержку со стороны других людей являются общепринятыми. Выбор, который делают люди, в основном понятен и предсказуем. О проблемах можно разговаривать и решать их, используя общий, общепринятый язык.

Наводнение наносит разный ущерб и влияет на людей по-разному, и то, как они восстанавливаются, зависит от серьезности ущерба и от того, насколько люди эмоционально устойчивы после наводнения.

Во время наводнения некоторые из пострадавших людей почувствовали, что их жизни угрожает опасность. Некоторые, возможно, были на грани утопления, другие не подвергались физической опасности, но боялись, что могут погибнуть. Большинство из них никогда не сталкивались с подобными явлениями. Угроза носит субъективный и всепоглощающий характер. Разум и организм перестраиваются в совершенно новый режим выживания. Прошлое и будущее кажутся неважными, поскольку все действия направлены на выживание.

Мероприятия психосоциальной поддержки, включая вышеуказанные основные действия, способствуют выработке общего понимания, путей обсуждения проблем и поиску возможности быть вместе, которые позволяют отдельным людям, семьям и сообществам говорить и объяснять свои потребности, признавать различия, воспринимать информацию, управлять своими эмоциями и работать над определением новых или адаптированных ролей для работы по восстановлению и, в конечном итоге, созданию социальной структуры после наводнения

ОБЪЕДИНЕНИЕ УСИЛИЙ ДЛЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ УСТОЙЧИВОСТИ К НАВОДНЕНИЯМ



В Дании группа людей, пострадавших от наводнения, которые ранее не были хорошо знакомы друг с другом, собралась вместе, чтобы обсудить свои проблемы и подготовиться к будущему. Они разработали шесть советов для отдельных людей, семей и сообществ, пострадавших от наводнения.

ДО:

1. Будьте готовы. Проверьте, удовлетворяют ли вас условия вашего страхового покрытия. Ищите информацию о том, как подготовить себя и своих домочадцев и как реагировать в ситуации наводнения.

ВО ВРЕМЯ И ПОСЛЕ:

2. Создайте виртуальные и физические платформы для обмена информацией и поддержки сообщества.
3. Обеспечьте и организуйте доступ к практической помощи на местах.
4. Разработайте мероприятия, способствующие созданию психосоциальных сетей и помещений для обмена опытом, а также обеспечьте самоподдержку сообщества.
5. Не забывайте выслушивать друг друга и не бойтесь предложить свою помощь и поддержку всем, кто может в ней нуждаться.
6. Не забывайте уделять особое внимание наиболее уязвимым людям рядом с вами и в вашем сообществе. Не забывайте проводить особые мероприятия для детей и искать альтернативные пути для поддержания нормальных отношений и связей между людьми.



Утрата чувства места после наводнения

Чувство места — это субъективное ощущение, которое люди, семьи и сообщества испытывают по отношению к месту, в котором они живут, частью которого являются убеждения, символы, воспоминания, ценности и переживания. Для того, чтобы люди ощущали себя причастными к определенным месту, у них должно быть ощущение того, что у них достаточно хорошая среда обитания. Утрата места связана с утратой доверия к нормам, окружению и обществу, которое должно защищать граждан и способствовать совместным действиям и взаимодействию граждан и учреждений.

Паводковая вода уничтожает или наносит ущерб большей части всего, с чем она соприкасается. Наиболее очевидно, что внезапные наводнения уносят имущество, объекты инфраструктуры, а иногда и людей. Наводнения затапливают дома и все, что в них находится: одежду, фотоальбомы, полы, стены, мебель, игрушки, сады, автомобили и кухонную утварь. Вода грязна и зловонна. Когда вода отступает, на ее месте остается ил или грязь. Вода может смешиваться со сточными водами и представлять опасность для человека. Когда дома остаются сырыми даже в течение короткого времени, в них может появиться плесень, которая вызывает вредные аллергические реакции. Люди, пострадавшие от наводнения, очень часто вынуждены переселяться на несколько месяцев, пока их дома просушат и восстановят. Наводнения также повреждают или уничтожают места общего пользования, такие как культовые сооружения, школы, общественные здания, парки, другие места отдыха и торговые зоны. Это места, куда люди обычно приходят для встречи друг с другом, в поисках общения или поддержки.

Когда дома и места общего пользования людей, семей и сообществ оказываются повреждены или разрушены в результате наводнения, это наносит физический, психологический и социальный ущерб, и люди переживают утрату своих мест так же, как переживают смерть. Переживание горя в связи с утратой привычного места проживания сказывается на их психосоциальном благополучии. Более того, потеря места проживания означает, что у них больше нет той точки опоры, где они могли бы черпать столь необходимое им ощущение устойчивости, отдыха и комфорта. Напротив, им приходится прилагать усилия для обустройства дома, думать, как решать практические повседневные задачи, которые были обычными для них до наводнения.

Во время переселения людям может быть трудно поддерживать связь с привычным для них социальным кругом и сообществом. Для детей может оказаться трудным встречаться и играть с их друзьями, а для взрослых — разговаривать с соседями. Некоторые люди могут решить переехать в другое место, а некоторые пары разводятся из-за напряжения, вызванного наводнением. Эти вторичный психосоциальный ущерб часто начинает проявляться только через несколько месяцев после наводнения и влияет как на людей, решившихся на переезд, развод и т. д., так и на тех, кого они оставили. В этих случаях люди, которые остаются на прежнем месте, могут горевать о потерях оставшегося на прежнем месте сообщества.

Восстановление часто происходит слишком быстро, и эти проблемы остаются нерешенными. Озабоченность задачами восстановления жилья может привести к тому, что люди будут пренебрегать эмоциональными и социальными потребностями, как своими, так и потребностями своих семей и своего ближнего круга. На практике восстановление также предполагает восстановление физической инфраструктуры, существовавшей до наводнения. Пострадавшие от наводнения люди редко уделяют время размышлениям о том, какой они хотят видеть свою среду после восстановления, и упускают возможность отстроить все заново, по-другому и лучше. Поддержать людей, их семьи, их ближний круг и сообщество означает также и помочь им позаботиться о себе, задуматься о том, каким они хотят видеть свое будущее и как его выстроить, — это очень важно для обеспечения их долгосрочного эмоционального благополучия и устойчивости.

ПОТЕРЯ ЧУВСТВА МЕСТА



У них не было стабильного жилья, в котором они могли бы остановиться и переждать, пока их дом просохнет, и поэтому они описали этот период своей жизни как «мы жили как бродяги».

Они переезжали из гостиниц в дома родственников, в другие гостиницы и пансионаты. Это означало, что им приходилось жить на чемоданах, стирать вещи в чужих домах или, чаще всего, в дорогих платных прачечных. Им было негде приготовить пищу, поэтому им приходилось питаться в заведениях общественного питания два или три раза в день в течение нескольких месяцев, что ударило по их бюджету и могло сказаться на их здоровье. Помимо этих практических соображений, респонденты отметили, что все это время они ощущали, что у них как будто выбили почву из-под ног: их дом был для них базой, куда они возвращались каждый день, а в этот период они как будто находились в непрерывном путешествии. Раньше их дом служил им убежищем, и без него они ощущали себя менее защищенными.

Их трудности не закончились, когда они вернулись к себе домой. Их домом все еще нельзя было пользоваться в полной мере, и еще месяц или два они жили только в комнатах на верхнем этаже. По мере продвижения восстановительных работ водоснабжение осуществлялось с перебоями, а приготовление пищи по-прежнему было затруднено. Эти ежедневные неудобства накапливались, и стресс нарастал.



Дети и молодежь

Дети остро страдают во время и после наводнений. Наводнения, а также неизбежно длительный период восстановления после них могут оказать значительное влияние на физическое и эмоциональное состояние детей.

Наводнения по-разному влияют на повседневную жизнь детей. Дети могут быть вынуждены покинуть свои дома, находиться в жилищах, непригодных для жизни или сырых, или не иметь возможности посещать свою обычную школу. Эвакуация негативно сказывается на их психическом и физическом здоровье и благополучии. Зачастую это происходит из-за отсутствия досуга, плохого качества сна и неполноценного питания, обусловленного неадекватными условиями для приготовления пищи. Потеря имущества в результате наводнения имеет ощутимые последствия для людей любого возраста, и дети ясно понимают последствия утраты личных вещей, с которыми были связаны дорогие для них воспоминания.

В случае переселения они могут утратить дружеские связи, круг общения в школе и лишиться своего привычного окружения. В то же время они видят, как взрослые испытывают большое напряжение, и у них может тоже развиваться тревога по поводу будущего наводнения.

Дети играют важную роль в процессе восстановления, в оказании помощи своим семьям, соседям и обществу в целом. Дети воспринимают идею будущего наводнения гораздо легче, чем взрослые, что побуждает их задуматься об адаптации и необходимости «новой нормы». Они часто выражают заинтересованность в том, чтобы играть определенную роль в разработке мер по предотвращению наводнений и обеспечению готовности к ним в своих сообществах и семьях. Участие детей способствует восстановлению и укреплению чувства контроля.

Взрослым свойственно ограждать детей от происходящего, но дети часто знают и понимают гораздо больше о происходящем, чем иногда осознают взрослые. В зависимости от возраста большинство детей понимают и сочувствуют реакции других людей во время и после наводнения.

ДЕТИ, ПОСТРАДАВШИЕ ОТ НАВОДНЕНИЯ: ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА БЛАГОПОЛУЧИЕ

Утрата вещей, представлявших личные и семейные ценности, дружеских связей, привычной среды, возможности получать общее образование.

- Переживание страха, тревоги, бедности, изоляции, несправедливости, разрушения, стресса, неуверенности, игнорирования/непонимания.
- Недостаток сна и отдыха.
- Ухудшение питания и жилищных условий, сокращение жилой площади.
- Отсутствие в школьной программе информации о наводнениях для детей и всего персонала.

НЕОБХОДИМО ЗАЯВИТЬ О ПРОБЛЕМАХ И ПОТРЕБНОСТЯХ ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ

Данный раздел, посвященный проблемам детей и молодежи, адаптирован из отчета 2016 г. «Дети, молодежь и наводнение. Восстановление и устойчивость», подготовленного организацией «Спасите детей» и Университетом г. Ланкастер. В нем содержатся важные основные сведения для специалистов по планированию восстановительных работ и политиков, а также по методологии работы с детьми по вопросам наводнений.

Дополнительную информацию можно получить на сайте: <http://wp.lancs.ac.uk/cyp-floodrecovery/>

Часто при планировании действий в чрезвычайных ситуациях детей либо игнорируют, либо относят их к группе «уязвимых», наряду с инвалидами, пожилыми людьми и домашними животными. Это приводит к тому, что детей излишне опекают и лишают права голоса. Дети также испытывают большой страх, когда не знают, что происходит. Эту проблему можно решить, активно привлекая их к участию в мероприятиях по снижению риска бедствий и обеспечивая детям информацию о наводнениях.

Финансовый ущерб и страхование

Материальный ущерб в результате наводнения часто бывает значительным, а финансовые последствия — чрезмерными. Для домохозяйств непосредственные финансовые потери связаны с утратой имущества, такого как мебель, электроприборы, автомобили и предметы интерьера, а также игрушки, одежда и кухонная утварь, которые уничтожаются паводковой водой. Чаще всего нарушается или разрушается конструкционная целостность зданий, что приводит к дополнительным финансовым потерям для владельцев. В долгосрочной перспективе вторичные финансовые потери связаны с дополнительными расходами на проживание во время переезда, включая оплату дорогостоящих услуг, в которых раньше, во время проживания дома, не было необходимости: например, ресторанов или прачечных. Финансовые потери также могут быть связаны с полной или частичной потерей дохода и потерей рыночной стоимости жилья.

Если люди застрахованы, отчасти эти потери могут быть возмещены, но далеко не полностью. В зависимости от условий страхового полиса, девальвация означает, что имущество должно быть заменено на товары и условия более низкого качества или не заменено вовсе. Другие убытки могут вообще не подлежать покрытию. Наконец, страхование не предназначено для покрытия вторичных финансовых потерь, которые полностью ложатся на плечи людей, пострадавших от наводнения.

Люди, не имеющие страховки, могут иметь право на поддержку социальных служб или частных фондов, но финансовые последствия для них все равно будут более тяжелыми, чем для тех, у кого есть страховка. Чаще всего люди не застрахованы потому, что не могут позволить себе оплачивать страховые взносы. Тем не менее они часто подвергаются негативному осуждению окружающих из-за отсутствия страховки и испытывают чувство стыда или вины.

Люди и семьи, постоянно, но незаконно проживающие в зданиях, предназначенных для других целей, таких как торговля, или предназначенных только для временного проживания, возможно, вложили значительные средства в обустройство этих домов и при любых других обстоятельствах обладают большой находчивостью и предприимчивостью. Однако после наводнения им будет невыгодно требовать страховую выплату, так как это чревато вмешательством властей, которые могут их выселить или наказать за незаконное проживание.

Вне зависимости от суммы страхового покрытия или типа страховки процесс обращения в страховую компанию с требованием о возмещении ущерба сам по себе является источником большой неопределенности, стресса и беспокойства. Некоторые могут предпочесть не обращаться в страховую компанию за возмещением ущерба, так как обращение может привести к увеличению страховых взносов, а их сумма может превысить финансовые возможности пострадавших, из-за чего у них возникнут чувство неуверенности, гнева и ощущение несправедливости. Те, кто предъявляет требования к страховым компаниям, сталкиваются с множеством сложных ситуаций, включая нижеперечисленные:

- Необходимость составления полной описи поврежденных вещей и их оценки. Некоторые предметы могут не иметь материальной ценности, но иметь особую эмоциональную ценность, которая не отражена в страховой оценке или не покрывается страховкой.
- Ожидание прихода специалистов по оценке для определения ущерба и связанная с этим неопределенность.
- Необходимость вступать в длительные споры со страховой компанией, которые являются источником стресса.
- Необходимость разбираться в подробностях страхового полиса и результатов оценки, одновременно разрешая другие проблемы, вызванные наводнением.
- Понимание того, что с разными людьми и семьями обращаются по-разному и что это различие несправедливо или случайно.
- Невозможность обеспечить достаточно хорошее восстановление, опираясь на страховые выплаты.
- Непонимание информации от страховой компании и связанные с этим разочарование и неопределенность при пользовании страховым полисом, формат которого не способствует устойчивости и ограничивает, как кажется пользователю, возможность восстановления.
- Необходимость заимствовать деньги в банке или у членов семьи и друзей для покрытия расходов, которые не покрывает страховка.

Решение вопросов, связанных с финансовыми потерями и страховыми выплатами после наводнения, предполагает потерю контроля на многих уровнях, включая потерю финансового контроля, потерю возможности выбора в настоящем и будущем относительно того, какие средства направить на восстановление, и потерю контроля над собственными эмоциями.

После масштабных наводнений страховые компании могут быть сильно перегружены обращениями пострадавших. Это может привести к задержкам в обработке претензий, стрессу у сотрудников и ошибкам. Опыт показывает, что многие сотрудники первой линии не подготовлены к работе с расстроенными, эмоциональными или рассерженными клиентами. Это может иметь негативные последствия как для сотрудников, так и для клиентов.

В данном материале в качестве решения предлагается возможность сотрудничества страхового сектора и ответственных организаций. Одним из способов начать такое сотрудничество является оказание поддержки пострадавшим, их семьям, членам их ближнего круга и сообществ для того, чтобы они могли заявить о своих потребностях и проблемах в страховом секторе. Прислушиваясь к своим клиентам, страховые компании могут скорректировать свои процессы, чтобы поддержать устойчивость и оказать столь необходимую эмоциональную поддержку пострадавшим. Сотрудники страховых компаний на местах или в кол-центрах могут пройти обучение по оказанию первой психологической помощи, узнать об обычных и нормальных эмоциональных реакциях на аномальные события, получить базовые навыки консультирования и получить навыки эмоциональной самопомощи, чтобы быть лучше подготовленным к таким кризисным ситуациям, как наводнение.

СОВЕТЫ ДЛЯ СТРАХОВЫХ КОМПАНИЙ



- На данный момент на уровне сообществ было проведено недостаточно работ для понимания того, как можно поддержать страховой сектор и как повысить его эффективность в период наводнений. Однако в рамках исследования, посвященного проблеме детей, молодежи и наводнений, был разработан ряд советов для страхового сектора о том, как более эффективно оказывать поддержку детям и семьям, пострадавшим от наводнения.

- Советы доступны здесь:
<http://wp.lancs.ac.uk/cyp-floodrecovery/>

Обзор психосоциальных реакций, потребностей и возможностей для оказания поддержки

Приведенный ниже обзор структурирован соответственно фазам бедствия и обеспечивает понимание на высоком уровне нормальных общих чувств и потребностей отдельных людей, семей и сообществ, пострадавших от кризиса в целом. Здесь также описаны некоторые актуальные мероприятия по оказанию психосоциальной поддержки. Данный обзор не является исчерпывающим, и зачастую в каждом конкретном наводнении будут выявлены лишь некоторые из перечисленных элементов. В других случаях в реальной ситуации наводнения некоторые элементы, представленные в данном обзоре, будут проявляться на других этапах, чем те, к которым они отнесены в обзоре. Поэтому, несмотря на то что данный обзор может быть очень полезен для общего понимания, он не применим в качестве точной модели или в качестве контрольного списка для решения проблем в случае конкретного кризиса.

Фаза чрезвычайной ситуации	Фаза восстановления	Фаза перестройки
Чувства и частые реакции выживших		
Отверженность Дезориентированность Отчуждение Сильная растерянность	Горевание по поводу утраты своей связи с любимым местом Принятие потери и стремление достичь комфорта Начало сближения с новым местом, новыми соседями и социальными службами Участие в ритуалах, связанных со старым местом, и ритуалах, связанных с новым местом. И то и другое необходимо для процесса психологического восстановления Поиск возможностей удовлетворить потребности детей, женщин, подростков, пожилых людей и населения с особыми потребностями доступными средствами	Чувство, что реакции, вызванные горем, были услышаны Повышенное чувство готовности справиться психологически Возрастающее чувство сопричастности Ощущение включенности в жизнь и удовлетворения
Потребности людей, переживших наводнение		
Знать, какая помощь доступна Знать, как и к кому обращаться за помощью Понимать, почему помощь каждому из пострадавших может отличаться от помощи, которая предоставляется соседям Знать, что делать, если пострадавший не удовлетворен помощью, которую он получает, и куда можно обратиться с жалобой Знать, как продвигается работа по оказанию помощи, как расходуются деньги и с какими проблемами сталкиваются в других местах Знать, какими ресурсами располагает сообщество, чтобы использовать их для дальнейшего восстановления	Точное определение личных, социальных и культурных факторов, которые стимулируют естественное восстановление Проведение оценки на основе участия: например, картирование, мозговой штурм и расстановка потребностей в приоритетном порядке Выжившие после наводнения и сообщества опираются на свои сильные стороны и солидарность в развитии собственного потенциала Вовлечение сообщества в работу по планированию, участию и реализации многочисленных проектов	Знакомство с циклом развития проектов Восстановление порядка в социальной среде Восстановление благоприятной для здоровья среды обитания Утверждение чувства принадлежности к месту.
Работа по оказанию психологической помощи		
Информация Психологическая первая помощь и самопомощь Совместное принятие решений Включение социально исключенных лиц/групп.	Запись понятий и терминов для описания стресса, принятых у населения местности, подвергшейся наводнению (язык дистресса) Изучение целого комплекса реакций: психосоматические, эмоциональные, поведенческие и реляционные изменения Реализация многочисленных проектов для создания и укрепления чувства принадлежности к новой среде (здравоохранение, водоснабжение и санитарно-гигиенические услуги, готовность к стихийным бедствиям и т. д.) Выжившие в наводнении участвуют в мониторинге, оценке и подготовке отчетности.	В работе по восстановлению человеческих сообществ необходимо уделять внимание социальным и эмоциональным проблемам, выходящим за рамки инфраструктурной поддержки Воссоединение ведет к восстановлению естественных связей, эффективных для укрепления здоровья, создания устойчивости и обеспечения повседневного функционирования Тщательное планирование ведет к созданию среды, благополучной как с физической, так и с психосоциальной точки зрения Люди, пережившие наводнение, могут выразить свои чувства.



Инструментарий психосоциальной помощи в ситуациях наводнения

Вместе с этим материалом был разработан отдельный инструментарий в поддержку реализации ключевых действий.

Цель инструментария — представить обзор доступных инструментов, которые актуальны для оказания психосоциальной поддержки в ситуациях наводнения. В инструментарии приводится обзор инструментов и подробное описание каждого из них. В описание каждого инструмента входят по мере актуальности следующие пункты:

- Введение в инструмент.
- Ознакомление с потребностями целевой группы в условиях наводнения.
- Языки.
- Потребности в обучении.
- Адаптация к ситуации.
- Подбор подходящего инструмента.

Полный набор инструментов представлен по ссылке: www.pscentre.org.

Некоторые инструменты больше подходят для менеджеров и руководителей групп; другие полезны при оказании психосоциальной помощи конкретным целевым группам и могут применяться волонтерами и персоналом, имеющими необходимую подготовку и опыт. Кроме того, инструменты были определены в соответствии с их применимостью в следующих областях: кем используются / целевая группа, руководство, обучение, программа, мероприятия, информация / повышение информированности / коммуникация

Таблица 1: Инструменты и рекомендации для менеджеров и руководителей групп

Инструмент	Кем используется	Руководство	Обучение	ИОК материалы
Общее руководство				
Руководство по Психическому здоровью и психосоциальной помощи в условиях чрезвычайных ситуаций МОПК	Старший персонал и менеджеры			
Инструменты оценки				
Оценка уязвимости и потенциала (ОУП)	Менеджеры программы и члены группы по оценке			
Руководство по быстрой оценке для оказания психосоциальной поддержки и предотвращения насилия в чрезвычайных ситуациях и в период восстановления	Менеджеры и члены группы по оценке			
Коммуникации и ИОК материалы				
Коммуникация рисков в кризисных и чрезвычайных ситуациях (КРЧС)	Менеджеры и руководители команд			
Раздаточные материалы (РМ) для оказания психосоциальной поддержки в чрезвычайных ситуациях	Руководители команд и волонтеры			
Выступать и публиковать материалы о психосоциальной поддержке в чрезвычайных ситуациях	Специалисты по коммуникациям			
Обучающие инструменты для волонтеров				
Забота друг о друге. Психосоциальная поддержка для уязвимых групп населения.	Менеджеры волонтеров и специалисты по обучению			
Психосоциальная поддержка в сообществе. — Набор материалов для обучения.	Менеджеры волонтеров и специалисты по обучению			
Консультирование без профессиональной подготовки: руководство инструктора	Менеджеры волонтеров и специалисты по обучению			
Психологическая первая помощь: Руководство по оказанию психологической первой помощи на местах	Менеджеры волонтеров и специалисты по обучению			

Таблица 2: Инструменты оказания психосоциальной поддержки конкретным целевым группам

Инструмент	Целевая группа	Руководство	Обучение	Программа	Мероприятия	ИОК материалы
Инструменты для психосоциальной поддержки конкретных целевых групп						
Забота о волонтерах. Набор материалов для психосоциальной поддержки	Руководители групп волонтеров и менеджеры волонтеров					
Другой. Прямо как ты.	Лица с ограниченными возможностями					
Руководящие принципы по созданию безопасных для детей мест в чрезвычайных ситуациях	Дети					
Двигаемся вместе: содействие психосоциальному благополучию через спорт и физическую активность	Развлекательные мероприятия для всех возрастных групп					
Сексуальное и гендерное насилие. Двухдневное психосоциальное обучение. Руководство по обучению	Люди, подверженные риску или пострадавшие от сексуального и гендерного насилия					
Программа по укреплению устойчивости детей – Психосоциальная поддержка в школах и за их пределами	Дети, подростки					
Программа «Устойчивость» для молодых мужчин – психосоциальное руководство	Подростки и молодые люди					

Определения

Кризис

Любой внезапный сбой в нормальном ходе событий в жизни отдельного человека, группы людей или населения, который вызывает необходимость в переоценке действий или взглядов.

Наводнение

Наводнение означает временное затопление водой участка суши, который обычно не находится под водой. К наводнениям относятся наводнения, вызванные реками, горными потоками, краткосрочными течениями вод, затопления морскими водами в прибрежных районах и затопления в результате прорыва канализационных систем.

Психологическая первая помощь

ППП — это забота и поддержка, которую оказывают людям, пережившим очень тяжелое событие или ситуацию. В ППП входят следующие основные элементы: быть рядом, внимательно выслушивать, принимать чувства человека и обеспечивать заботу и практическую поддержку. Учебный модуль по ППП входит в учебный комплект «Оказание психосоциальной поддержки на уровне сообществ — учебный комплект», который можно скачать на сайте Центра ПСП МФОККиКП.

Психосоциальный

Термин «психосоциальный» означает динамическую взаимосвязь и взаимовлияние между психологическим и социальным измерениями человека. В психологическое измерение входят внутренние, эмоциональные и мыслительные процессы, чувства и реакции. В социальное измерение входят отношения, семейные и общественные сети, социальные ценности и культурные практики.

Психосоциальная поддержка

Психосоциальная поддержка — это действия, направленные на удовлетворение эмоциональных и социальных потребностей отдельных людей, семей и сообществ с целью помочь людям использовать имеющиеся ресурсы и повысить устойчивость.

Психосоциальное благополучие

Термин «психосоциальное благополучие» описывает позитивное состояние благополучия отдельных людей, семей и сообществ. На него влияет взаимодействие психологических и социальных факторов.

Место, чувство места и утрата места

Чувство места — это субъективное переживание, которое испытывают люди, семьи и сообщества по отношению к месту, в котором они живут, которое охватывает значения, убеждения, символы, воспоминания, ценности и чувства людей, живущих в данном месте. Это место, где люди, пострадавшие от бедствия, чувствуют, что у них достаточно хорошие условия для жизни. Потеря места подразумевает потерю доверия к нормам, сетям и веры в возможность взаимного доверия в гражданском обществе, которое должно защищать и способствовать укреплению взаимодействия между гражданами и учреждениями.

Устойчивость

Устойчивость — это способность позитивно реагировать, или адаптироваться к трудному и сложному событию или опыту, или позитивно переживать трудный опыт. По сути, это адаптационный потенциал людей и их способность получать, принимать и опираться на социальную поддержку. Различные человеческие, физические, психологические, социальные, финансовые и политические факторы влияют на способность людей переносить, адаптироваться и быстро восстанавливаться после стрессов и потрясений, таких как, например, наводнения. В концепции эмоциональной устойчивости допускается, что люди могут испытывать временный дистресс.

Готовность

Обеспечение готовности к бедствиям — это меры, принимаемые для подготовки населения к бедствиям и смягчения их последствий. Таким образом, говоря о готовности, мы способны по возможности предотвращать бедствия, смягчать их воздействие на уязвимые группы населения, реагировать на них и эффективно справляться с их последствиями.

Реагирование

Движение Красного Креста и Красного Полумесяца стремится обеспечивать максимально быстрый и эффективный ответ на бедствия посредством мобилизации своих ресурсов (человеческих, финансовых и других) и координации своей сети в целях борьбы с последствиями кризиса на начальном этапе и удовлетворения потребностей пострадавших сообществ. Основными целями реагирования на стихийные бедствия являются спасение от непосредственной опасности и стабилизация физического и эмоционального состояния пострадавших. Эта работа идет рука об руку с извлечением тел погибших и мероприятиями по восстановлению основной инфраструктуры, такой как водоснабжение и энергоснабжение. Продолжительность этой работы зависит от масштаба, типа и условий бедствия, но обычно она занимает от одного до шести месяцев и состоит из этапа поиска и спасения сразу после бедствия, за которым следует среднесрочный этап, посвященный стабилизации физического и эмоционального состояния выживших.

Восстановление

Восстановление относится к тем программам, которые выходят за рамки оказания немедленной помощи и помогают тем, кто пострадал от последствий бедствия, восстановить свои дома, жизнь и объекты инфраструктуры, а также укрепить их способность справляться с бедствиями в будущем.

Стресс

Стресс — это ощущение давления или напряжения, которое возникает у человека в самых разных ситуациях. Стресс может быть вызван любыми изменениями — положительными или отрицательными. Стресс — обычное явление повседневной жизни и имеет положительный эффект, когда заставляет человека добиваться оптимальных результатов: как, например, при сдаче письменного школьного экзамена. Однако стресс превращается в дистресс, когда человек не может адаптироваться к переживаемому стрессу. В этом случае стресс сопряжен со страданием в определенной степени. Однако стресс является нормальной реакцией при переживании аномальной ситуации. Иногда люди могут быть дезориентированы, могут испытывать навязчивые воспоминания и стараться избегать напоминаний о пережитой кризисной ситуации. Другие реакции включают в себя ощущение полного отсутствия чувств, трудности в принятии решений и изоляцию от других людей.

Город и урбанизация

Не существует общепринятого определения понятия «город». Общие критерии, используемые для определения городских территорий, включают, но не ограничиваются следующими положениями: численность населения, плотность населения, инфраструктура, время в пути до крупных городов, преобладающий вид экономической деятельности, соответствие юридическому или административному статусу, территории, исторически относящиеся к городским, и знание и понимание местного контекста.

Насилие

ВОЗ определяет насилие в трех категориях: самонаправленное, межличностное и коллективное. В каждую из этих категорий включается четыре различных вида насилия, которые являются общими для всех: физическое, сексуальное, психологическое и пренебрежение/унижение.

Уязвимость

Характеристики человека или группы с точки зрения их способности предвидеть, справляться, сопротивляться кризису и восстанавливаться после него. Среди факторов, которые могут снизить способность отдельных людей, семей и сообществ справляться с пережитым дистрессом, выделяются, например, бедность, нарушения психического или физического здоровья, отсутствие социальной сети, отсутствие поддержки семьи, возраст и пол.

Уязвимость меняется с течением времени по мере изменения способности людей и групп использовать доступные им ресурсы, а также по мере изменения ресурсов и возможностей, которые им предоставляются.

Дополнительная литература и полезные источники информации

Комплект материалов по адвокации. Руководство МПК по психическому здоровью и психосоциальной поддержке в чрезвычайных ситуациях. МПК (дата отсутствует). См. ссылку: www.who.int/mental_health/en/

Дети, молодежь и наводнение. Восстановление и устойчивость. Мэгги Морт, Марион Уолкер, Элисон Ллойд Уильямс, Аманга Бингли и Вирджиния Хауэллс, Save the Children и Ланкастерский университет, 2016. См. ссылку: wp.lancs.ac.uk/cyp-floodrecovery/

Стратегия МФОККиКП по предотвращению насилия, смягчению его последствий и реагированию на него на 2011–2020 гг. См. по ссылке: www.ifrc.org

Работа с телами погибших после стихийных бедствий: руководство для служб, обеспечивающих помощь на начальном этапе РАНА («Врачи за организацию доступа к услугам здравоохранения в США»), ВОЗ, МККК и МФКК, (2009). По ссылке: www.icrc.org

Руководство НАТО TENTS по реагированию на потребности в области психосоциального и психического здоровья людей, пострадавших от стихийных бедствий или катаклизмов (2009), www.coe.int

Руководство и материалы PrepAge об участии пожилых людей в программах повышения готовности и предотвращения чрезвычайных ситуаций и стихийных бедствий. См. по ссылке: www.prepage.eu

Превитт Диас, Джозеф О., Восстановление: Восстановление места и устойчивости сообщества, Глобальный журнал практики психологии сообществ, 4(3), 1–10.

Учебное пособие по оказанию первой психологической помощи для специалистов по работе с детьми (ППП), Save the Children (Дания, 2013), см. здесь: www.resourcecentre.savethechildren.se/

Британское Общество Красного Креста разработало качественные учебные ресурсы по наводнениям, см. по ссылке: www.redcross.org.uk/What-we-do/Teaching-resources/Lesson-plans/Emergency-flood

Комплексное руководство по психическому здоровью и психосоциальной поддержке, проект OPSIC, Университет Инсбрука, Университет Загреба, Академический медицинский центр Университета Амстердама, 2016. Доступно здесь: www.compass-crisis.org

Влияние наводнения на психическое здоровье. Агентство по охране здоровья, Великобритания (2011). См. по ссылке: www.alnap.org/resource/12562

Справочный центр МФОККиКП по вопросам психосоциальной помощи, www.pscentre.org

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Стратегическая поэтапная модель оказания помощи

В рамках стратегической поэтапной модели оказания помощи воздействие кризиса связывается с оказанием психосоциальной и психиатрической помощи, в которой нуждаются отдельные лица, семьи, социальные сети и сообщества, используя такие механизмы, как скрининг, сортировку, оценку и вмешательство. Модель представлена в качестве концептуального и практического ресурса для специалистов по планированию. Стратегическая поэтапная модель оказания помощи состоит из шести основных компонентов, которые делятся на три группы:

Стратегическая и оперативная готовность

- Стратегическое планирование: комплексное межведомственное планирование, подготовка, обучение и отработка всего спектра ответных мер, применение которых может потребоваться.
- Профилактические услуги, направленные на развитие коллективной психосоциальной устойчивости сообществ, которые планируются и предоставляются заблаговременно до катастрофических событий.

Общественная психосоциальная помощь

- Семьи, сверстники и сообщества обеспечивают ответ на психосоциальные потребности людей, основанный на принципах оказания первой психологической помощи.
- Оценка, вмешательство и другие ответные меры, основанные на принципах оказания первой психологической помощи, которые осуществляются прошедшими обучение сотрудниками, не являющимися специалистами, под руководством сотрудников служб психического здоровья и специалистов по социальному уходу.

Индивидуальная психосоциальная и психиатрическая помощь

- Доступ к услугам первичной психосоциальной помощи в целях проведения скрининга, оценки и вмешательства для людей, которые не могут справиться с внезапным и краткосрочным дистресс-синдромом.
- Доступ к вторичным и третичным службам помощи для людей, у которых предположительно имеются психические расстройства, требующие вмешательства специалистов.

Подробная информация о шести основных компонентах представлена в Руководстве НАТО TENTS по реагированию на потребности в психосоциальном и психическом здоровье людей, пострадавших от стихийных бедствий или крупных инцидентов (2009), доступном здесь: www.coe.int.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Общие принципы реагирования

- Координация обеспечения межсекторальной психиатрической и психосоциальной поддержки.
- Оценка потребностей в области психического здоровья и психосоциальных проблем.
- Мониторинг: инициировать проведение мониторинга и оценки с участием населения.
- Продвижение прав человека: применение подходов, основанных на соблюдении прав человека, во всех сферах психического здоровья и психосоциальной поддержки.
- Защита: выявление, отслеживание, предотвращение угроз и сбоев в обеспечении защиты посредством применения социальных и правовых механизмов защиты.
- Создание условий для мобилизации сообщества, укрепления ответственности и контроля за обеспечение реагирования на чрезвычайные ситуации во всех секторах.
- Набор, обучение и поддержка персонала и волонтеров во всех областях, включая культурные и этические вопросы.
- Оказание многоуровневой поддержки на основе поэтапной модели оказания помощи.
- Оказание особой поддержки детям и подросткам, включая создание безопасных мест для обучения.
- Предоставление информации пострадавшему населению.
- Интеграция психосоциальной поддержки в общую систему поддержки.

Приведенные выше общие принципы приведены в Комплексном руководстве по вопросам психического здоровья и психосоциальной поддержки, которое содержит более 50 таблиц с перечнем основных действий по охране психического здоровья и оказанию психосоциальной помощи в условиях кризиса. Комплексное руководство можно скачать по ссылке: www.compass-crisis.org.