

БІЖЕНЦІ ТА ШУКАЧІ ПРИТУЛКУ

**Роль Психологів та деякі
рекомендації щодо
втручання**

За останні 10 років щонайменше 100 мільйонів людей були змушені залишити свої домівки і шукати притулку в межах або за межами своїх країн – з економічних, соціальних, релігійних, політичних чи екологічних причин. Кількість людей переміщених проти їхньої волі, з часом збільшується, і навіть обмеження викликані пандемією COVID-19 (наприклад, обмеження мобільності між країнами, закриття кордонів), не змогли зупинити потік людей, які тікають від стихійних лих, озброєних конфліктів, насильства, переслідування та порушення прав людини.

Населення біженців і шукачів притулку се однією з груп, які найбільше постраждали від різних форм **форм упереджень і дискримінації**, на додаток до глибоких і вже існуючих **умов уразливості**. **Порушення прав людини**, з якими вони стикаються, можуть включати відмову в їхніх громадянських і політичних правах (таких як свавільне затримання або катування), їхніх економічних, соціальних і культурних прав (таких як право на здоров'я, житло або освіту), наражаючи їх на **підвищений ризик виникнення ситуацій бідності, насильства та нерівності, а також труднощів і проблем у психологічному здоров'ї**.

Психологія як наука **відіграє важливу роль у захисті прав людини**, особливо у випадку груп людей, які перебувають у ситуації відчуження та вразливості. **Психологи мають важливе значення в наданні прямої та непрямої підтримки** цій групі населення, а також у забезпеченні дотримання міжнародного законодавства про захист і притулок, доступу до охорони здоров'я та різноманітного соціального захисту, яких потребує це населення. Тому вони повинні взяти на себе **зобов'язання заохочувати та захищати права біженців та шукачів притулку**.

НАВЕДЕМО ПРИКЛАД У ЦИФРАХ

➤ За оцінками УВКБ ООН (Управління Верховного комісара ООН у справах біженців), у світі наразі налічується близько **84 мільйонів людей, переселених проти їхньої волі, з яких 42% становлять діти** віком до 18 років (UNHCR, 2021). До 2021 року кількість людей, переміщених проти власної волі, була вдвічі більше ніж десять років тому.

➤ Ці цифри охоплюють людей у дуже різних ситуаціях і включають міжнародних біженців, шукачів притулку та внутрішньо переселених осіб. Серед 84 мільйонів людей переміщених проти їхньої волі, є **26,6 мільйонів біженців і 4,4 мільйонів шукачів притулку**.

➤ У Португалії з населенням близько 10,3 мільйона жителів, за оцінками, близько **1700 осіб отримують притулок** (UN/DESA, 2019) і понад **888 тисяч міжнародних мігрантів**.

РОЛЬ ПСИХОЛОГІВ

Психологи, які працюють з біженцями та шукачами притулку (діти, молодь, дорослі чи люди похилого віку), втручаються в вирішення складних, багатограних і динамічних соціальних проблем, допомагаючи їх вирішувати, **сприяючи розвитку навичок, ресурсів адаптації та стійкості** цих людей. Але також **запобігання ситуацій ризику та вразливості, дискримінації та соціального відчуження**, сприяння створенню умов, які дозволяють їм покращити **якість життя та благополуччя**.

Таким чином, вони можуть втручатися в, **різноманітний набір послуг і соціальних заходів**, (наприклад, служби соціального захисту, комісія з питань захисту дітей та молоді групи ризику, приватні установи соціальної солідарності, неурядові організації, лікарні та центри здоров'я, школи, місцеві асоціації та сільські ради або офіси професійної адаптації), включаючи **індивідуальне втручання** (наприклад, втручання у проблеми психологічного здоров'я, такі як посттравматичний стресовий розлад), **втручання громади** втручання громади **втручання у розбудову державної політики** у сферах міграції, бідності, соціального відчуження та нерівності.

Основними цілями психологічного втручання з біженцями та шукачами притулку є:

- **Захищати та заохочувати їхні права людини**, забезпечуючи їхню гідність та безпеку та поважаючи право на включення, недискримінацію, участь та культурне різноманіття;
- **Ідентифікувати людей, які перебувають у вразливих ситуаціях** та/або з проблемами психологічного здоров'я, та **полегшити доступ до соціальних, освітніх або медичних послуг** щоб визначити заходи для мінімізації негативних впливів та потенціювання позитивних впливів;
- **Співпрацювати з іншими фахівцями та організаціями** для забезпечення того, щоб психологічні, фізичні,

соціальні, освітні, професійно-технічні та юридичні потреби були почуті та компетентно;

- **Вивчити вплив** міграційного процесу, адаптації до культури, відокремлення від сім'ї та ситуацій вразливості на стрес і благополуччя та **визначити стратегії та ресурси** адаптації для цієї групи населення;
- **Навчати, пояснювати та інформувати різних агентів**, які контактують з біженцями та шукачами притулку, про їхні шляхи та потреби, а також про негативний вплив будь-якого типу дискримінації та позитивний вплив культурного різноманіття;
- **Відстоювання та внесок у державну політику**, яка бореться з суспільною нерівністю та сприяє повазі прав людини;
- **Встановити зв'язки з фахівцями та службами**, які працюють з біженцями та шукачами притулку, щоб надавати ефективні послуги та відповіді.

Хоча є психологи, які працюють безпосередньо з цими групами населення, об'єднані в багатодисциплінарні команди та виконують чітку та спільну роботу, у різних контекстах. Але будь-який фахівець психології з будь-якої сфери досвіду може зв'язатися з людьми (біженцями) та допомогти у вирішенні їх проблем.

ДЕЯКІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ВТРУЧАННЯ З БІЖЕНЦЯМИ ТА ШУКАЧАМИ ПРИТУЛКУ

Ми склали набір загальних рекомендацій для співпраці з біженцями та шукачами притулку – які застосовуються в професійні психологічні практиці.

ЧУТЛИВІСТЬ ДО РІЗНОМАНІТНОСТІ ТА СПЕЦИФІЧНИХ СОЦІОКУЛЬТУРНИХ КОМПЕТЕНЦІЙ

Психологи, які працюють з біженцями та шукачами притулку, **потребують спеціальної підготовки та знань**. Необхідно, щоб вони були **чутливими до різноманітності** та фіксували різні контексти та індивідуальний досвід, унікальний для міграційного шляху, соціального походження, мови, коду цінностей та символічних послань. Наприклад, необхідно визнати і зрозуміти, що існують різні форми вираження, з точки зору культури, душевних страждань, уникаючи вдавання до недиференційованих уявлень про страждання, які можуть спровокувати неадекватні процеси патологізації (наприклад, інтерпретація культурно-специфічного ритуалу як симптому психічного розладу).

У цьому сенсі вони повинні інвестувати у свою здатність встановлювати **стосунки без стигматизації та недискримінації**, гарантуючи що вони виконують свої обов'язки на основі не лише етичного кодексу професії, а й **зобов'язання поважати права людини, інклюзивність та цінуючи культурне, релігійне та мовне розмаїття, а також право на самовизначення та автономію**.

СПІЛКУВАННЯ З ІНШИМИ ПРОФЕСІОНАЛАМИ

Психологи повинні вміти розглядати та втручатися в психологічний, соціальний, освітній, трудовий, культурний та юридичний вимір, історію та геополітику, а також у артикуляцію з іншими дисциплінами, а саме з антропологією, соціологією, етнологією, історією, біологією та медициною/психіатрією, у **незамінному діалозі**, та доповненні багатовимірних і інтегрованих рішень та відповідей, які потрібні в цих ситуаціях.

У цьому контексті також актуальною є спільна робота психологів із культурними медіаторами та перекладачами, яких слід розуміти як суттєвих партнерів у налагодженні комунікації. Професіонали-психологи також несуть відповідальність за забезпечення психологічного здоров'я та благополуччя посередників та перекладачів, з якими вони працюють (враховуючи сильний емоційний вплив, якому вони піддаються).

БОРОТЬБА З РАСИЗМОМ ТА ДИСКРИМІНАЦІЄЮ, СПРИЯННЯ ІНКЛЮЗІЇ

Психологи відіграють активну роль у боротьбі з явищами расизму та дискримінації в освітньому, робочому та громадському контексті, а саме через розробку **програм соціальної інтеграції та сприяння особистим, соціальним та професійним ресурсам**, які існують у громадах, розробку заходів з підвищення обізнаності з питань прав людини та біженців, міграції та культурного розмаїття. Вони відіграють важливу роль у **деконструкції дискримінаційних переконань, ставлення та поведінки** щодо шукачів притулку та біженців, пропагування **позитивного погляду на культурне різноманіття**, сприяння **міжкультурному навчанню** та втручання у зменшення негативного впливу упереджень та нерівності, наприклад, шляхом побудови соціальних інформаційних **кампаній та роботи, програми інтеграції школи та громади** або **підтримка урядових організацій та асоціативних рухів**, присвячених розширенню можливостей цих людей і груп.

Зокрема, в організаціях, психологи можуть заохочувати організаційних лідерів та менеджерів включати різноманітність у своє бачення та цілі/результати, а також **сприяти найму біженців та шукачів притулку**. Вони також можуть проводити прозорі процеси набору кадрів, у яких цінується різноманітність, заохочуючи біженців та шукачів притулку подавати заявки.

Що стосується психологів, які працюють у **шкільному контексті**, вони можуть співпрацювати з вчителями та вихователями для розробки інструментів і стратегій, які сприяють **включенню** дітей та молодих шукачів притулку та біженців до шкільної спільноти, а саме у випадках, коли необхідно сприяти їх **інтеграції та відновленню навчання**.

Самі психологи повинні бути обережними, щоб відобразити та визнати власні упередження та стереотипи, оцінюючи вплив, який вони можуть мати на своє втручання (і, якщо необхідно, звертатися до інших колег).

ПСИХОЛОГІЧНА ТА ПСИХОСОЦІАЛЬНА ОЦІНКА

У контексті психологічного втручання з біженцями та шукачами притулку психологи здійснюють процеси оцінки, психодіагностики, аналізу та моніторингу психосоціальних потреб і показників окремих осіб, груп і спільнот, у тому числі характеристик їх здоров'я; самопочуття та якості життя; когнітивні, емоційні та психологічні здібності; соціальні ресурси; психологічне здоров'я та поведінкові проблеми; соціальні детермінанти які створюють і підтримують нерівність і соціальне відчуження.

Однак **психологічна оцінка вимагає особливої уваги в цьому контексті**, оскільки наявні інструменти та особливості досліджуваної популяції можуть призвести до упереджених інтерпретацій, що в кінцевому підсумку призведе до погіршення їх у результатах. Багато з найбільш часто використовуваних психологічних тестів не мають гарантій **валідності та адаптованих норм**, щоб їх можна було використовувати для надійної оцінки людей з певних культур і мов, що містять параметри, які походять з культурних контекстів, відмінних від контекстів людей, які оцінюються.

Відсутність культурно адаптованих тестів збільшує ризик патологізації та зменшує можливості виявлення справжніх потреб населення. Таким чином, на всіх етапах процесу оцінювання (співбесіда, проведення тесту, написання звітів та коментарі) психологи повинні звертати особливу увагу на соціальний, культурний та мовний контекст біженців та шукачів притулку, а саме на оцінку їхніх навичок та здібностей.

ІНДИВІДУАЛЬНЕ ПСИХОЛОГІЧНЕ ВТРУЧАННЯ ПРИ ТРУДНОЩАХ І ПРОБЛЕМАХ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я

Психологи надають **психологічну підтримку** (психологічні та/або психотерапевтичні консультації) дітям, молоді, дорослим і людям похилого віку біженцям та шукачам притулку, завжди пам'ятаючи про можливість етноцентричного нахилу у підходах та методологіях, що використовуються. Для того, щоб забезпечити ефективне втручання, психологи прагнуть **посилити свою обізнаність та навички для культурно-чутливої професійної практики**; вони втручаються як у **слабкі сторони/фактори ризику** біженців та шукачів притулку, так і в **їхні сильні сторони, фактори захисту та стійкість**; і вони завжди визнають самовизначення особи, поважаючи її компетенції та вибір як агента змін. Хоча не всі біженці та

Тому психологічна та психосоціальна оцінка біженців та шукачів притулку має бути адаптована до культурних особливостей, що передбачає попереднє занепокоєння щодо **приспособлення методів та інструментів оцінки до культури та навичок особи чи групи, яка оцінюється.**

Оцінка, яка поважає багатокультурність, повинна включати елементи психологічного здоров'я людей на основі історичної, сімейної, економічної, соціальної та громадської інформації, щоб **уможливити психологічну оцінку з урахуванням культури**. В ідеалі оцінка проводиться рідною мовою людини за допомогою **іперекладачів/посередників**, які прагнуть зрозуміти їхню розповідь щодо міграційного шляху, особистої історії та особистих навичок. Окрім безпосередніх потреб, психологічна оцінка також охоплює широкий спектр факторів, зосереджуючись не лише на психологічних факторах, а й на житлових умовах, фінансових, духовних та аспектах здоров'я – таким чином уникаючи виняткового фокусування на потребах та втратах (що сприяло б створенню/зміцненню «ідентичності жертви» та сприяти почуттю безсилля та безнадійності) та **зміцнити ресурси та навички.**

шукачі притулку потребують **психологічного втручання, орієнтованого на травму**, вони часто страждають від проблем психологічного здоров'я, таких як посттравматичний стресовий розлад. У таких випадках використання обґрунтованих фактів заходів для подолання травми є ефективними відповідями, які сприяють інтеграції та допомагають зменшити страждання та відчуття ізоляції.

ПСИХОЛОГІЧНЕ ВТРУЧАННЯ З НЕПОВНОЛІТНИМИ БЕЗ СУПРОВОДУ

Психологи працюють з неповнолітніми без супроводу, завжди з метою захисту їхніх прав та інтересів, надання підтримки та сприяння доступу до послуг фізичного та психологічного здоров'я, житла, забезпечення повсякденних потреб та відновлення навчального шляху, а також сприяння їх здоровому розвитку. Вони визнають особливий стан цього населення, а саме фізичну відсутність батьків або іншого законного представника, і втручаються диференційовано та адаптовано до їхніх особливостей та умов життя. У цьому контекст **вони спілкуються з різними службами та організаціями** (наприклад, школами, асоціаціями, громадами), прагнучи координувати індивідуальні та групові психологічні втручання і під-

тримку в класі. Наприклад, **у шкільному контексті** психологи співпрацюють з учителями та вихователями, щоб розробити інструменти та стратегії, які сприяють включенню дітей та молоді, які шукають притулку, та біженців у шкільну спільноту. Вони сприяють міжкультурному діалогу та повазі до мовного, культурного та релігійного різноманіття, співпрацюючи з освітньою спільнотою, щоб сприяти мультикультуралізму шляхом спільних відповідей.

СПРИЯННЯ ПРАЦЕВЛАШТУВАННЮ

Психологи мають повноваження сприяти працевлаштуванню біженців та шукачів притулку, **беручи участь у визначенні або розробці їхнього шляху включення чи реінтеграції на ринок праці у співпраці зі службами та структурами** (наприклад, Інститут зайнятості та навчання та Професійного офіси) шляхом **прямого втручання** (наприклад, розвивати навички складання резюме або підготовки до співбесіди) або через розвиток навичок управління кар'єрою та програм отримання мовних навичок.

Кожного разу, коли організації інтегрують біженців і тих, хто шукає попередження, необхідно бути уважними у співпраці. Психологи можуть сприяти **розвитку систем інтеграції та прийому**, які полегшують адаптацію та роботу біженців та шукачів притулку, допомагаючи їм зрозуміти свої ролі та завдання, зрозуміти організаційну культуру та налагодити відносини з іншими працівниками.

ВТРУЧАННЯ В КРИЗОВИХ І НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЯХ

Втручання психологів з біженцями та шукачами притулку особливо актуально в кризовий період (наприклад, коли цих людей приймають в країні). Фахівці-психологи повинні усвідомлювати, що **лише на основі специфічних навичок втручання в кризові ситуації, міжособистісного спілкування та командної роботи, а також специфічних навичок для запобігання, втручання та сприяння психологічного здоров'я** та соціальної інтеграції можна належним чином реагувати на потреби цих осіб, сім'ї та групи, зменшуючи фактори ризику для психологічного здоров'я та підвищуючи фактори захисту та стійкості.

СПІВПРАЦЯ У ПОБУДОВІ ДЕРЖАВНОЇ ПОЛІТИКИ

Психологи які працюють з біженцями та шукачами притулку, мають можливість **впливати та підтримувати створення державної політики**, яка підтримує права цих груп населення. Це може означати **створення та просування більшої кількості та кращих інтегрованих служб підтримки**, які забезпечують відповідь протягом усього життєвого циклу та які гарантують задоволення основних потреб та доступ до медичної допомоги та соціальних заходів, які сприяють здоровому життю, гідному та автономному.

КОНТРОЛЬ ТА НАГЛЯД

З одного боку, при роботі з біженцями та особами, які шукають притулку, психологи повинні **шукати належного контролю**. З іншого боку, враховуючи їх мультикультурні навички та знання про вплив прямого та непрямого впливу травми, яку зазнають біженці та шукачі притулку, психологи мають привілейоване становище **наглядати за іншими колегами та фахівцями** охорони здоров'я, а також соціальних сфер, волонтерів та культурних перекладачів/медіатори, які працюють з цією групою населення.

РОЗСЛІДУВАННЯ

Біженці та шукачі притулку мають бути частиною порядку денного психологів, оскільки **результати досліджень мають важливе значення для базування практики та політики на отриманих наукових доказах**. Психологи можуть розробляти та виконувати дослідницькі проекти, які дозволяють досліджувати вплив міграційного процесу на психологічне та фізичне здоров'я окремих людей та сімей, а також ресурси та навички, які сприяють боротьбі зі стереотипами та дискримінацією, а також сприяють здоровій інтеграції цієї популяції.

Вони повинні гарантувати участь біженців і шукачів притулку в будівництві дослідницьких проектів, а також забезпечити їх інформовану згоду. Коли це можливо, результати досліджень слід ділитися та обговорювати з цими групами населення.

САМОДОПОМОГА

Втручання з біженцями та шукачами притулку часто є дуже вимогливою роботою з емоційної точки зору через контакт з людьми, які перебувають у ситуаціях великої вразливості та страждання. Окрім **поваги до етичних меж професійних стосунків** (наприклад, психологи

здійснюючи адвокаційну роботу, психологи також можуть спілкуватися з менеджерами та політиками (з різних контекстів і різних рівнів) і брати участь у процесі **розробки, впровадження та оцінки справедливої та стійкої державної політики**. Професіонали-психологи також готові сприяти співпраці та **систематичному зв'язку між системами охорони здоров'я, освіти, судової та соціальної системи**, щоб створити **міцну міждисциплінарну мережу підтримки та підвищити ефективність наданих послуг**.

Нагляд може мати одну або декілька з наступних цілей: (1) обміркувати практику втручання (психологічну чи ні); (2) розвивати навички культурно-чутливої практики; (3) керувати наслідками роботи з ситуаціями жорстокого поводження, несправедливості та травми та запобігати вторинній травматизації; і (4) координувати та оцінювати заходи для покращення роботи команди.

Фахівці-психологи також можуть **розробляти проекти для оцінки ефективності клінічних, громадських та шкільних втручань**, визначаючи які фактори сприяють або перешкоджають акультурації, засвоєнню мови, розвитку особистості, академічної успішності, стосунків, психологічного здоров'я, серед інших.

повинні утримуватися від прямого надання грошей чи одягу, а звертатися до служб, які можуть надати цю підтримку), необхідно **поважати час і простір самообслуговування** – як етичний імператив, який є не менш основоположним для здійснення компетентної та якісної професійної практики.

РЕКОМЕНДОВАНІ БІБЛІОГРАФІЧНІ ПОСИЛАННЯ

Alto Comissariado das Nações Unidas para Refugiados (2021). Global Trends: Forced Displacement in 2020. Copenhagen, Dinamarca: UNCHR.

American Psychological Association, Presidential Task Force on Immigration (2012). Crossroads: The psychology of immigration in the new century. Retirado de: <http://www.apa.org/topics/immigration/report.aspx>

American Psychological Association, APA Task Force on Human Rights (2021). Moving Human Rights to the Forefront of Psychology: The Final Report of the APA Task Force on Human Rights. Retirado de: <https://www.apa.org/about/policy/report-human-rights.pdf>

British Psychological Society (2018). Guidelines for psychologists working with refugees and asylum seekers in the UK: Extended version. U.K: British Psychological Society.

Fazel, M. (2018). Psychological and psychosocial interventions for refugee children resettled in high-income countries. *Epidemiology and Psychiatric Sciences* (2018), 27, 117–123.

