

Реабилитация вынужденных переселенцев из «горячих точек»

План

1. Сущность реабилитации вынужденных переселенцев из «горячих точек»
2. Психологические проблемы вынужденных мигрантов
3. Психологическая помощь вынужденным мигрантам
4. Требования к психокоррекционным программам

Вынужденная миграция является одной из «аномальных психосоциальных ситуаций», связанных с повышенным риском возникновения психических нарушений, поскольку человек попадает в трудноразрешимую жизненную ситуацию, и перед ним возникает задача совладания со сверхсложными обстоятельствами. Вынужденные мигранты в процессе болезненного переезда и адаптации на новом месте испытывают множество трудноразрешимых экономических, социальных и психологических проблем. Очень часто вынужденные мигранты бегут из горячих точек, и, как правило, их исход сопровождается травлей, угрозой жизни, иногда погромами, иногда бомбежками. Человек попадает в другую культурную среду и переживает в связи с этим когнитивный, эмоциональный, мотивационный диссонанс. Ему очень тяжело, он пытается приспособиться к новой среде, а сделать это очень трудно.

Психологические проблемы вынужденных мигрантов

- **«потеря чувства укорененности»** – вынужденная миграция разрушает привычный жизненный уклад человека; он тяжело переживает расставание с привычной географической, климатической, культурной и социальной средой – со всем тем, что «питало» его существование и активную жизнь; человеком овладевает чувство, что он теряет свои «корни», с которыми отождествлял себя;

– **ЧУВСТВО «ВИНЫ ВЫЖИВШЕГО»** возникает у беженцев из «горячих точек», так как многие из них побывали в заложниках, находились в зоне военных действий, потеряли своих близких, переживали сильнейший травматический стресс;

— **шок от бытовой неустроенности** — большинство вынужденных переселенцев, расселенных в специально организованных центрах, испытывают материальную и бытовую неустроенность, иногда у них нет элементарных удобств, но, несмотря на это, они вместе, плечом к плечу, пытаются сохранить традиции и привычные социальные нормы, язык и культуру;

— **отсутствие поддержки «братьев по несчастью»** — живущие в урбанистической среде беженцы при поддержке близких и родственников находятся в лучшем материально-бытовом положении, у них больше возможностей пользоваться благами городской жизни и они меньше испытывают чувство оторванности и изолированности от общества; но им гораздо труднее переработать тяжелую травму, преодолеть душевный кризис, так как они лишены поддержки «братьев по несчастью»; эта категория беженцев стоит перед жестким выбором: или они должны отказаться от привычных традиций и социальных норм и ассимилироваться с «чужой» культурой и ценностями, или же сохранить самобытность и найти свою «нишу», для того чтобы вновь утвердиться в обществе;

- **культурный шок**, который может очень долго длиться; человек вырос в другой среде, и механизмы адаптации, которые у него выработались в течение прежней жизни, могут в новом окружении не действовать; он привык общаться с людьми, привык реагировать на окружающих определенным образом, а теперь он приходит в другое культурное окружение и чувствует, что выглядит нелепо, что на него обращают излишнее внимание, что он делает что-то не так; по мере усвоения новой культуры он преодолевает этот кризис и становится способным принять чужую культуру;

— **изолированность и отверженность от общества** — у сообщества людей, разделяющих общую участь и перенесших одинаковые невзгоды, возникает чувство непохожести на других; с одной стороны, этот феномен выражается в иллюзорной «гордости», что они прошли через такие испытания, перенесли нечто столь уникальное, что понять это могут только «свои»; «другие» же «вообще ничего не понимают в этой жизни»; одновременно их мучает чувство изолированности и отверженности;

- **ВИКТИМНОСТЬ** — восприятие себя как жертвы (от англ, *victim* — жертва), тяжелые социально-бытовые условия вынужденно ставят беженцев в позицию жертвы и часто ВИКТИМНОСТЬ — это символ оппозиции к новым ценностям, исходящим от «чужой» культуры; в этом случае создается «образ врага», но в качестве противостоящей стороны теперь выступает новое социальное окружение — местное население, а потому нередко создаются очаги постоянной напряженности и конфликтов между беженцами и местным населением;

— **травматический шок**, который может испытывать вынужденный мигрант, это, потому что исход людей может быть вызван войной, вооруженным конфликтом, погромами, убийством близких людей.

Психологическая помощь вынужденным мигрантам

- необходимо помочь пережить негативные жизненные события — потери, лишения, изменения, происходящие до и во время переселения;
- необходима помощь в преодолении кризиса социальной и личностной идентичности (резкие трансформации представлений личности о себе и своем месте в системе жизненных отношений);
- необходимо помочь мигрантам адекватно понимать свою ситуацию, культурно адаптироваться — потому что они оказались в другой стране и должны жить по ее законам, чтобы стать успешными; чем более жестко человек придерживается привычных для него культурных моделей поведения, социально одобряемых в прежней культуре, тем труднее ему приспособиться в новой среде.

- помочь беженцам сформировать психологическую устойчивость, часто они приезжают в страну на эмоциональном подъеме, им кажется, что они со всеми проблемами справятся, а через несколько лет эйфория проходит, иллюзии разрушаются, и сил уже не остается, психологические ресурсы исчерпываются; помощь становится необходима тем, кто вчера справлялся с грузом проблем самостоятельно;

— психологическая помощь беженцам не может быть адекватно реализована без работы с тяжелым жизненным опытом беженцев — с переживаниями страданий, потерь, лишений, сопровождающих вынужденное переселение, а также переживаний самого факта потери родины, отрыва от корней.



**Спасибо
за внимание!**