

Початок покладено. Як медики-волонтери вчать суспільство поводитися з людьми, постраждалими від мінно-вибухової діяльності

ЧЕТВЕР 30 ЛИСТОПАДА 2023 10:00

UA

EN

RU



Медики-волонтери вчать суспільство поводитися з людьми, постраждалими від мінно-вибухової діяльності (фото: Віталій Носач, РБК-Україна)

АВТОР: [СПЕЦПРОЕКТ](#)

"Ми такі, як ви!" – маніфест, важливість якого сьогодні складно переоцінити. Українське суспільство продовжує адаптуватись до нової реальності, де багато наших співгромадян мають видимі мінно-вибухові травми. Таку травму отримала і Наталя Александріна – обличчя проєкту, який FRIDA Ukraine реалізує за підтримки Програми розвитку ООН та уряду Японії.

Жінка втратила кінцівку під час бойових дій у м. Бахмут, Донецької області. Проблема, з якою стикаються такі люди як Наталя, – нерозуміння та неприйняття людей, постраждалих від мінно-вибухової діяльності, суспільством. Після повномасштабного вторгнення ця тема набуває все більшої значущості.

Для того, щоб сприяти усуненню цих бар'єрів у суспільній свідомості медико-волонтерська місія FRIDA Ukraine реалізувала проєкт "Посилення обізнаності щодо прийняття та розуміння осіб, що постраждали від мінно-вибухової діяльності серед лікарів-волонтерів, членів територіальних громад та широкої громадськості" за сприяння ПРООН та за фінансової підтримки уряду Японії.

Як проєкт допомагатиме людям, постраждалим від мінно-вибухової діяльності

"Наше суспільство не було повністю готове до появи такої великої кількості людей, що мають мінно-вибухові травми чи пошкодження. Це призвело до значної стигматизації та дискримінації цієї вразливої групи населення. Це особливо актуально для нещодавно звільнених або прифронтових громад, де бойові дії тривають зовсім поруч", – зазначають у медико-волонтерській місії FRIDA Ukraine.

Реалізація проєкту спрямована на усунення цих бар'єрів. Зокрема, у місії зазначають, що цьому сприятиме проведена робота з органами місцевого врядування, соціальними службами та закладами охорони здоров'я відповідних громад.



"Ми провели 12 тренінгів для членів територіальних громад на прифронтових та деокупованих територіях, де охопили понад 300 осіб. Знання та практики щодо обізнаності та розуміння людей, які отримали травми внаслідок мінно-вибухової діяльності, будуть й після закінчення проєкту розповсюджуватись серед інших членів громади", – зазначають представники місії.

Крім просвітницької діяльності в областях, проводилися і роботи з лікарями. Зокрема, тренінги на тему "Домедична та психологічна допомога при мінно-вибухових пораненнях", у яких взяло участь більше 70-ти лікарів-волонтерів.

До результатів проєкту слід також додати підготовку великої кількості інформаційних друкованих матеріалів, серед яких буклет з порадами, як правильно реагувати та поводитися з різними групами людей, які після пережитого травматичного досвіду потребують підтримки.



Буклет створювався групою психологів медико-волонтерської організації FRIDA Ukraine. Важливість висвітлення та розповсюдження цих порад серед населення на власному досвіді підкреслює і Наталя Александріна, мовляв, вона часто зустрічає нерозуміння та неприйняття таких людей як вона в суспільстві.

"Мені не подобається, коли мене жаліють. Я не каліка, я така ж як і ви, просто поки пересуваюся на милицях. Мені не треба допомагати, коли я цього не прошу. І не треба дивитися на мене із жалістю – повірте, у мене все добре", – говорить Наталя.

Як правильно поводитися з людьми, які постраждали від мінно-вибухової діяльності: Поради психологів та досвід Наталії

Постраждалі від мінно-вибухової діяльності поділяються на декілька груп:

- люди, які мають видимі фізичні пошкодження, такі як опіки обличчя або тіла;

- люди, які мають значні фізичні травми, такі як втрата кінцівок;
- люди, які мають посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) або інші фізичні або емоційні травми;
- діти, які отримали фізичні або емоційні порушення.

Для того, щоб не викликати у співрозмовника негативних реакцій і не погіршити ситуацію, спілкування з представником кожної з груп має свої особливі засади. Однак є і принципи, які їх об'єднують:

1. Будьте дружніми! Не слід докорінно змінювати шаблон своєї поведінки. Людина, яка має фізичну травму не повинна почувати себе інакше, аніж ваш співбесідник/-ця, який/яка такої травми немає.

"Не потрібно акцентувати на травмі та проявляти жалість, співчуття. Найкраще, що ви можете зробити – бути собою", – говорить Наталя.

2. Не перетинайте особисті кордони! Не ставте запитань про деталі травми або лікування, якщо ваш співбесідник/-ця сам/-а не поділиться цією інформацією.

3. За потреби пропонуйте допомогу! Якщо ви бачите, що людина потребує допомоги, спершу уточніть, чи це справді так. І надайте цю допомогу лише, якщо вона дійсно необхідна.

"Я відчуваю себе некомфортно, коли мені пропонують допомогу. Поруч зі мною завжди є мій чоловік, саме тому допомога оточуючих часто мені просто ні до чого. Але, як на мене, правильно буде запропонувати допомогу кожному. А людина уже сама має вирішувати: скористатися нею або ж тактично відмовити", – пояснює Наталя.



4. Будьте терплячими! Іноді спілкування з людьми, які мають ПТСР або інші фізичні або емоційні травми може потребувати більше часу та зусиль.

5. Поводьте себе природно: звичайна дружня розмова є найкращим способом підтримки людей із значними фізичними травмами. Однак у випадку з людьми, які мають ПТСР або інші емоційні травми будьте чутливими до можливих тригерів, не засуджуйте і не тисніть на них.

Спілкування з дітьми, які постраждали від мінно-вибухової діяльності має подібні засади, що і спілкування з дорослими. Передусім важливо виявляти чутливість, емпатію та повагу до дитини. Ваша поведінка повинна сприяти підтримці, підвищенню самооцінки та відновленню їхнього емоційного благополуччя.

За словами керівниці FRIDA Ukraine, лікарки-гастроентерологині Владислави Романюк, цей проєкт формуватиме значний ефект сталості після його закінчення. Іншими словами, це хороший старт як вказівка, над чим слід спільними зусиллями працювати далі:

"Попереду багато роботи. Ми точно продовжуємо працювати у цьому напрямі. Втім уже сьогодні слід пам'ятати, що кожна людина унікальна, її потреби можуть відрізнятися. Важливо проявляти емпатію, бути чуйними та з розумінням ставитися до кожної із життєвих ситуацій".

Нагадуємо, медична місія FRIDA Ukraine була заснована ізраїльтянами Романом Гольдманом та Марком Нев'язьким та об'єднує 980 медиків з України та Ізраїлю. Вони від початку повномасштабного вторгнення надають якісну медичну допомогу дітям, людям з інвалідністю та людям похилого віку у найгарячіших точках України. Місія першою відвідала звільнений Херсон, а також продовжує роботу на Донеччині, Харківщині, у Запорізькій та Сумській областях.

Пам'ятка про мінну небезпеку

- Небезпечна знахідка може чатувати в найнесподіваніших місцях, тому, передусім, треба бути уважними.
- Особливо пильними слід залишатися під час відвідування водойм, полів, лісів, лісосмуг і навіть під час прогулянок між зеленими насадженнями в зонах, де раніше велися бої.
- Вибухівка або міна можуть бути заховані навіть в іграшці або книжці, тому важливо дотримуватись правил безпеки.
- Невідомих маршрутів та неперевірених ґрунтових доріг потрібно уникати, а відпочинок у нещодавно охопленому війною лісі або біля річки варто перенести в інше місце.
- Якщо побачили підозрілий предмет: Не підходьте! Не чіпайте! Телефонуйте 101.

--	--	--	--	--

Читайте РБК-Україна в Google News