

## PODSUMOWANIE

# PoMOCna KAWA #7



## POMOC PSYCHOLOGICZNA

**17 ORGANIZACJI WZIĘŁO UDZIAŁ W SPOTKANIU** (Stowarzyszenie Salam Lab, Polskie Towarzystwo Terapii EMDR, epruf s.a., Centrum Praw Kobiet Warszawa, JCC Kraków, Fundacja Bażantowo, Fundacja Centrum Pomocy Humanitarnej My z Wami, Polskie Forum Migracyjne, OnkoFundacja Alivia, Fundacja Leny Grochowskiej, Fundacja Zustricz, Fundacja CultureLab i inne)

### Sposoby pomocy psychologicznej

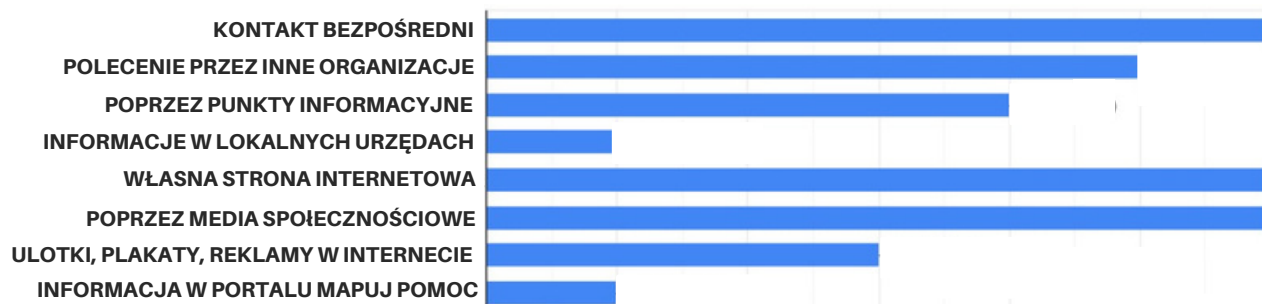
Organizacje i placówki niosące wsparcie psychologiczne osobom doświadczającym kryzysu uchodźczego współpracują ze specjalistami na zasadzie wolontariatu lub odpłatnie. Czasem po prostu ich zatrudniają, a czasem odsyłają osoby potrzebujące konsultacji do znanych sobie ośrodków pomocy psychologicznej lub gabinetów prywatnych. W naszych spotkaniach biorą również udział stowarzyszenia zrzeszające samych psychologów n.p. Towarzystwo Terapii EMDR.

Fundusze na opłacanie gaży psychologów placówki pozyskują najczęściej dzięki :

- środkom własnym
- darczyńcom i firmom prywatnym
- grantom

Ważne jest dotarcie do osób potrzebujących wsparcia w odpowiednim czasie, aby nie byli pozostawieni sami z przytłaczającymi ich problemami i ich stan nie pogorszył się. Organizacje docierają do uchodźców z informacją o oferowanej pomocy na różne sposoby.

### W JAKI SPOSÓB DOCIERACIE DO POTRZEBUJĄCYCH WSPARCIA?

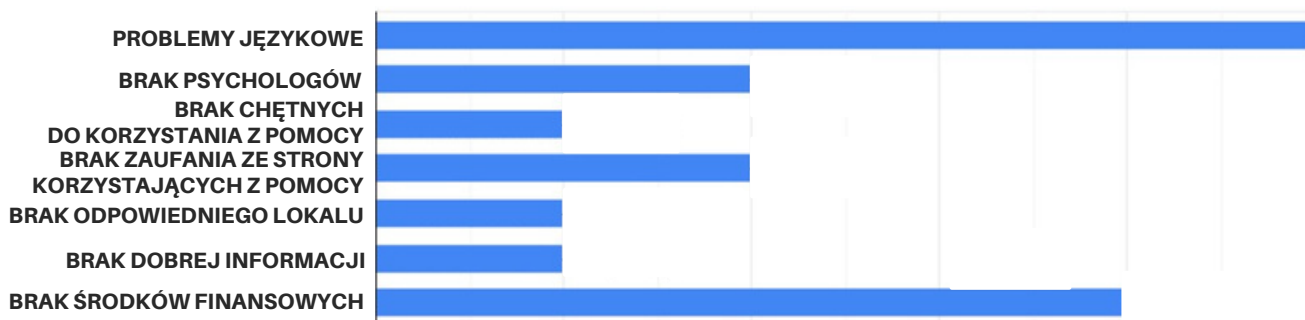


Mapuj Pomoc badanie jakościowe z 15.11.2022 przeprowadzone na grupie 17 organizacji pozarządowych działających w zakresie pomocy psychologicznej

# Problemy związane z pomocą psychologiczną

Największym problemem w zakresie pomocy psychologicznej jest bariera językowa. W Polsce brakuje obecnie specjalistów mówiących po ukraińsku. Podczas naszej rozmowy padły informacje o tym, że sesje, w których dodatkowo bierze udział tłumacz, nie cieszą się zbyt dużym zaufaniem wśród potrzebujących. Świadomość, że intymnym zwierzeniom ma przysłuchiwać się osoba postronna nie zachęca nikogo do wzięcia udziału w terapii. Według relacji uczestników naszych spotkań, pomoc psychologiczna na Ukrainie nie jest tak powszechna jak w wielu krajach Europy. Dlatego uchodźczynie i uchodźcy podchodzą dość niechętnie do korzystania z takiego rodzaju wsparcia. Jednak dzięki pracy organizacji oferujących pomoc psychologiczną to nastawienie powoli się zmienia.

## Z JAKIMI PROBLEMAMI SPOTYKACIE SIĘ PODCZAS POMOCY PSYCHOLOGICZNEJ?



Mapuj Pomoc badanie jakościowe z 15.11.2022 przeprowadzone na grupie 17 organizacji pozarządowych działających w zakresie pomocy psychologicznej

## Jakiego wsparcia potrzebują organizacje?

Wyniki ankiety, którą uczestnicy dyskusji wypełnili podczas spotkania, pokazują, że najistotniejsze potrzeby organizacji związane z kwestią pomocy psychologicznej to:

- stałe wsparcie finansowe
- wsparcie finansowe dla terapeutów i tłumaczy
- więcej dostępnych informacji o pomocy psychologicznej oraz o jej zakresie (kto i kiedy)
- program wsparcia osób chorych przewlekle
- program wsparcia osób starszych
- Superwizja dla psychologów ukraińskich

## Pozytywne przykłady i kontakty

- 1** Zespół **Mapuj Pomoc** przygotował mapę szkół z oddziałami przygotowawczymi dla dzieci ukraińskich na terenie Polski. W oddziałach prowadzone są dodatkowe lekcje języka polskiego oraz zajęcia pomagające uczniom zaadaptować się w nowym środowisku. Znajdują się one w większych miejscowościach, mamy jednak nadzieję, że to się zmieni. Mapa jest na bieżąco aktualizowana.
- 2** Stowarzyszenie **PTT EMDR** zrzesza psychologów pracujących z traumą. Na swojej stronie internetowej, w zakładce "Pomoc dla Ukrainy" zamieścili zestaw artykułów, z których dowiemy się jak dawać wsparcie osobom dorosłym oraz dzieciom w kryzysie uchodźczym ([www.emdr.org.pl/pomoc-dla-ukrainy/baza-przydatnych-materialow.html](http://www.emdr.org.pl/pomoc-dla-ukrainy/baza-przydatnych-materialow.html))
- 3** Spółka **epruf s.a.** wraz z **Dimedic** i **Firmą Deloitte** finansują program **Health4Ukraine**. Program umożliwia obywatelom Ukrainy uzyskanie dofinansowania do zakupu leków, między innymi psychiatrycznych, w aptekach i punktach aptecznych na terenie całej Polski ([www.health4ukraine.com/pl/](http://www.health4ukraine.com/pl/))

# Mało znane problemy osób w kryzysie uchodźczym

Podczas dyskusji na spotkaniu PoMOCnej kawy padło wiele ważnych informacji od zebranych członkiń organizacji i psycholożek. Przedstawiły one pełen obraz problemów, jakie dotyczą podopiecznych ich placówek i fundacji. Niektóre z opowieści przedstawiały niełatwy i złożony obraz codzienności uchodźców. Te najtrudniejsze wyzwania z jakimi mierzą się potrzebujący pozostają często niedostrzeżone przez polski system opieki. Część polskiego społeczeństwa zupełnie nie zdaje sobie sprawy z wyzwań z jakimi mierzą się ukraińskie rodziny. Problemy wymagające wsparcia psychologicznego mają osoby uchodźcze z każdego środowiska i każdej grupy wiekowej. Poniżej przedstawiamy niektóre z nich.

- **Problemy niektórych dzieci z nauką języka polskiego i integracją z nowym środowiskiem, prowadzące do rezygnacji z uczęszczania do szkoły.**

W takich wypadkach rodzice potrzebują porady, a dzieci opieki psychologicznej i empatii ze strony pedagogów. Polscy nauczyciele nie są przeszkoleni w zakresie wspierania dzieci ukraińskich. Nie wszyscy w związku z tym rozumieją w pełni co może powodować trudności dzieci ukraińskich w nauce i adaptacji w nowym środowisku szkolnym,

Ten problem wymaga systemowego rozwiązania oraz organizacji wsparcia psychologicznego dla całych rodzin ukraińskich.

- **Przemoc psychiczna i fizyczna wobec niektórych uchodźczyń.**

Współmałżonkowie tych kobiet, którzy pozostali na Ukrainie, próbują zmusić je do powrotu do domu, pomimo wciąż niebezpiecznej sytuacji, używając różnego rodzaju szantażu. Do przemocy psychicznej i fizycznej dochodzi również ze strony partnerów uchodźczyń towarzyszących im na terenie naszego kraju. Dotyczy to zarówno mężczyzn polskich jak i ukraińskich.

Wskazane jest stworzenie empatycznego systemu współpracy placówek psychologicznych udzielających wsparcia ofiarom agresji z prawnikami i organami ścigania.

- **Trudne doświadczenia przemocy seksualnej, które dotknęły niektóre osoby podczas wojny na Ukrainie. Wynikająca z tego potrzeba przeprowadzenia badań na przeciwciała HIV.**

Niestety wielu z tych ludzi nie wytrzymuje napięcia związanego z badaniem i nie zgłasza się po jego odbiór. Jeśli wykryto u nich przeciwciała, pozostają w niewiedzy i bez odpowiedniej opieki zdrowotnej. Tym samym są nieświadomymi nosicielami wirusa HIV.

Brakuje, w tym przypadku, systemu edukującego środowisko uchodźcze w zakresie wiedzy o HIV.

- **Nadużywanie alkoholu przez niektórych mężczyzn i kobiety próbujących odreagować silne stresy jakie przeżywają pozostając w kryzysie uchodźczym.**

Powoduje to problemy m.in. w domach długotrwałego zamieszkania, gdzie ze względu na bardzo dużą liczbę mieszkańców, obowiązuje regulamin zakazujący spożywania alkoholu. Część społeczności może nie dostrzegać wagi problemu ponieważ na Ukrainie traktuje się kulturowo spożywanie dużej ilości alkoholu z pobłażliwością. Jednak prowadzi to często do konfliktów pomiędzy mieszkańcami.

Ten problem wymaga ścisłej współpracy społeczności ukraińskiej i zmiany przekonań dotyczących spożywania alkoholu.

## **KONTAKT:**

Jeśli potrzebujesz kontaktu do konkretnej organizacji, napisz do nas na adres: [mapujpomoc@culturelab.pl](mailto:mapujpomoc@culturelab.pl). Zachęcamy również do dołączenia do naszej zamkniętej grupy dla członków organizacji, NGO i wolontariuszy na Facebooku, w której dzielimy się wiedzą oraz ponadwymiarowymi zasobami, szukamy inspiracji, dajemy znać o grantach: <https://www.facebook.com/groups/mapujpomoc>