

Программа информирования о травмах в Уэльсе

Краткий обзор сообщества Программы информирования о травмах в Уэльсе



Добрый день

Все мы сталкиваемся с разными проблемами, это часть жизни. Иногда мы решаем их довольно быстро с помощью семьи и друзей. Но иногда случаются события, которые нас огорчают или пугают.

Травма – это неприятное переживание, которое может стать причиной стресса или вызвать тревогу. Травма также может относиться к последствиям травматического события.

Травма может относиться к единичным случаям, череде событий или к сложившимся условиям.



Травма может произойти, потому что:

- столкновение с жестоким обращением или пренебрежением
- серьезное заболевание или смерть любимого человека
- развод или люди расходятся
- нет чувства безопасности
- нам угрожают или запугивают
- участие в аварии
- мы становимся свидетелями преступления или насилия
- падения в пожилом возрасте
- отсутствие возможности оплаты за отопление, еду и другие основные потребности.



Это может повлиять на:

- то, как мы относимся к жизни
- наше психическое здоровье и эмоции
- наше физическое здоровье
- нашу способность делать повседневные вещи
- нашу способность учиться новому
- наши отношения с семьей, друзьями и другими людьми.



Разные люди находят разные вещи травмирующими, но доступна поддержка, которая поможет почувствовать себя лучше и не допустить ухудшения ситуации.



Эта программа была создана совместно с людьми и организациями Уэльса при поддержке правительства Уэльса.



0 программе

Эта новая программа позволит убедиться, что

- Окружающие понимают, что такое несчастье и травмы, и их влияние на людей.
- Каждый знает, как вмешаться и предотвратить несчастье и травму.
- Все знают, как поддержать человека, пострадавшего от травмы.

 **Несчастье** — трудные времена или трудные ситуации.



Эта программа доступна всем в Уэльсе. Это общее дело.



Она доступна для всех возрастов.



Она помогает всем работать вместе — организациям, службам, школам, сообществам, семьям и вам.



Мы должны убедиться, что у каждого есть свои права. Права человека и права детей, изложенные Организацией Объединенных Наций. В Уэльсе наши права также изложены в законодательстве и в правительственной политике, которые помогают нам:

- быть в безопасности от вреда
- вести здоровый образ жизни
- иметь право голоса в решениях, влияющих на вашу жизнь
- иметь право на справедливое отношение и не подвергаться дискриминации.

Мы должны убедиться, что люди получают необходимую поддержку в нужное время правильным образом.



0 программе

Цель

Эта программа создана, чтобы помочь каждому в Уэльсе понять, как несчастье и травмы могут повлиять на людей, и как поддержать пострадавших. Это поможет улучшить здоровье и благополучие людей.

Цели:

- Каждый в Уэльсе должен понимать, что мы подразумеваем под несчастьем и информированием о травмах.
- Каждый в Уэльсе должен иметь возможность получить необходимую поддержку в обществе и любые необходимые услуги
- Жизнь каждого должна стать лучше, потому что общество, службы и организации работают для того, чтобы помочь нам.
- Общество, службы и организации должны работать вместе, объединяя полученный опыт, обучение и ресурсы для улучшения жизни.



5 принципов

Универсальность

Важность для всех жителей Уэльса. Всем необходима правильная поддержка, и когда она предоставляется, необходимо не причинить вред.



Личностно-ориентированный подход

Ставить людей на первое место, вовлекать их в принятие решений и обеспечивать необходимую поддержку.



Ориентированность на отношения

Важность безопасных отношений между людьми, семьями, специалистами и в обществе и поддержки. Людям нужны доверительные отношения, чтобы чувствовать, что их понимают и получать поддержку.



Ориентированность на устойчивость и сильные стороны

Опора на сильные стороны людей, чтобы они могли справляться сейчас и в будущем.



Доступна для всех

Каждый в Уэльсе должен иметь возможность получить необходимую им поддержку, и никому не откажут из-за того, кто они, цвета их кожи или их прошлого опыта.



Принцип действия

Каждый в Уэльсе должен сыграть свою роль в обеспечении налаженной работы — это касается не только профессионалов. Людям нужна определенная поддержка в необходимое время правильными способами. Каждому в Уэльсе будет полезно узнать больше о травмах и несчастье. Однако, некоторым может потребоваться дополнительное обучение и поддержка в зависимости от их роли. В этом документе мы называем это «уровнями». Каждый в Уэльсе должен быть на одном или нескольких уровнях.

Информирование о травмах

Вмешательство специалиста

Травмоопасность

Опыт с травмами

Осведомленность о травмах

Вмешательство специалиста

Универсальный и социологический подходы



Если все в обществе станут информированными о травмах, то гораздо меньшему количеству людей понадобится дополнительная поддержка, потому что они смогут получить помощь раньше и правильным образом.



Информирование о травмах — это понимание того, что со многими людьми случается несчастье и травмы, которые влияют на них разными способами.





Уровень осведомленности о травмах

Этот уровень предназначен для всех жителей Уэльса.

Отдельные лица, семьи, сообщества, службы и организации.

Каждый, кто работает на этом уровне, может сказать:

- Я понимаю, что у всех случается несчастье и бывают травмы, людям иногда очень трудно просить о помощи.
- Несчастье в детстве может повлиять на жизнь детей, когда они уже станут взрослыми.
- Доброта, понимание и поддержка имеют большое значение.
- Я могу распознать, когда кто-то в беде.
- Со всеми обращаются справедливо и каждый может получить поддержку по необходимости.
- Поддержка доступна всем вне зависимости от того, кем они являются.
- Я знаю, как бросить вызов несправедливым ситуациям, которые происходят в моем окружении.
- Я получаю поддержку, чтобы справляться и развивать свои сильные стороны.
- У меня есть доверительные отношения, и я получаю поддержку от людей, которые прошли через то же самое.
- Я знаю, что несчастье и травмы могут произойти с каждым, и с поддержкой их можно преодолеть.
- Наше общество является безопасным, здоровым местом и не причиняет мне вреда.





История Нии

Уровень осведомленности о травмах



Ния – молодая мама, работает в приемной в начальной школе. Ей нравится там работать и быть первой, кто встречает детей и родителей, когда они приходят в школу по утрам.

Но это может быть сложно. Иногда ребенок или родитель расстроены из-за того, что произошло дома. Ния понимает это и знает, что несчастье и травмы могут повлиять на то, как ребенок относится к ней или к другим сотрудникам. Поэтому она всегда отзывчива и добра.

Как часть своей работы она прошла обучение по травмам:

- она знает, что люди нуждаются в понимании, поддержке и заботе
- она знает, куда отправить детей и родителей за поддержкой, когда они в ней нуждаются
- она знает, кому из сотрудников звонить, если ей нужна помощь.



Уровень опыта с травмами

Этот уровень предназначен для всех, кто оказывает помощь или поддержку людям, которые могли пережить травму, независимо от того, известно о травме или нет. Сюда входят сотрудники и волонтеры, которые работают в службах здравоохранения, образования, социальных службах, организациях, общественные лидеры, религиозные группы, службы экстренной помощи и суды.

Услуги и поддержка, которыми я пользуюсь:

- безопасны и им можно доверять
- справедливы и относятся ко мне с уважением
- не причиняют мне больше вреда, стресса или травм
- ставят меня на первое место и поддерживают меня способами, которые я выбираю
- поддерживают меня на языке, на котором я больше всего говорю
- поддерживают мою семью с отзывчивостью и добротой
- убеждают, что я знаю о поддержке в обществе, включая мероприятия, которые улучшают здоровье и благополучие
- убеждают, что каждый может получить необходимую поддержку и убрать барьеры
- убеждают, что я получу поддержку, которая наилучшим образом удовлетворит мои потребности.

Люди, которые меня поддерживают:

- безопасны, и я могу им доверять
- признают влияние несчастья и травм на мою жизнь и не осуждают меня
- понимают, что такие вещи, как бедность или дискриминация, могут усугубить травму
- осведомлены и деликатны в отношении моей культуры и убеждений
- привлекают меня, мою семью и мой круг поддержки к принятию решений о моем уходе и поддержке.





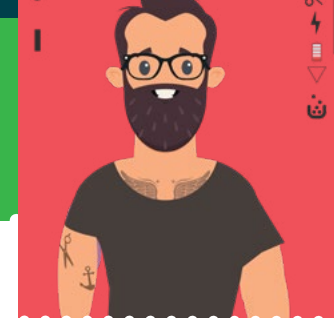
История Джоша и Клэр

Уровень опыта с травмами

Джош и Клэр управляют общественной кухней в рамках государственной благотворительной организации. Они знают, что некоторые дети и взрослые, которые обращаются к ним за помощью, пережили травму. Они понимают, как это может повлиять на поведение ребенка, а также, может указывать, что взрослым в семье также трудно с этим справиться. Они добрые, спокойные и стараются максимально снизить стресс.

Джош и Клэр прошли обучение по травмам. Они понимают, что:

- важно, чтобы дети и взрослые чувствовали себя физически и эмоционально в безопасности при встрече с ними
- важна поддержка в отношениях и конструктивная деятельность для детей, с которыми они работают
- травма влияет на психическое здоровье и поведение
- важно не причинять дальнейшего вреда и не усугублять ситуацию.





Уровень травмоопасности

Этот уровень предназначен для работников, которые оказывают непосредственную или интенсивную поддержку людям, пережившим травмирующие события, и помогают им справиться с последствиями. Сюда входят сотрудники, выполняющие определенные функции в службах здравоохранения, образования, социальных службах, благотворительных организациях, службах экстренной помощи и судах.

Услуги и поддержка, которыми я пользуюсь:

- не причиняют мне больше вреда, стресса или травм
- работают вместе, чтобы убедиться, что я получаю поддержку быстро, и нет необходимости просить много раз
- делятся информацией о поддержке, оказанной мне при совместной работе, чтобы мне не пришлось ждать помощи
- имеют руководство и систему, которые обеспечивают мою безопасность и поддерживают меня правильным образом
- обучают своих сотрудников и поддерживают их, чтобы они могли наилучшим образом поддерживать меня
- заботятся о здоровье и благополучии своих сотрудников.

Люди, которые меня поддерживают:

- спрашивают меня о том, что случилось, разговаривают со мной по-доброму и чутко
- понимают, что другие люди в моей семье, возможно, также пережили несчастье и получили травму
- понимают, что члены моей семьи тоже могут быть в потрясении, а также нуждаться в поддержке, чтобы справиться
- дают советы и следят за тем, чтобы к моим взглядам прислушивались
- понимают, что если поддержка не помогает, возможно, стоит изменить способы
- предоставляют мне всю необходимую информацию о терапии и других услугах, чтобы у меня была возможность принимать решения.





История Эмира

Уровень травмоопасности

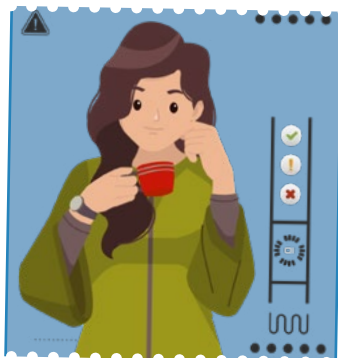


Эмир – социальный работник. Он любит свою работу и хочет поддерживать пожилых людей в обществе в достижении их целей. Он знает, что некоторые люди, с которыми он регулярно видится, имеют трудности с оплатой еды, и иногда другие относятся к ним иначе, потому что они выглядят по-другому или недавно переехали в это место. Он тратит время на то, чтобы узнать людей, которых он поддерживает, чтобы они не боялись его и знали, что могут попросить о помощи.

Эмир прошел обучение стратегиям по помощи людям, переживающим травму. Это помогает ему:

- понимать последствия неприятностей и травм
- понимать техники, которые он может использовать с людьми, которые находятся в состоянии стресса, включая дыхание и релаксацию.

Эмира поддерживает супервайзер и психолог, которые работают в команде. У него есть возможность говорить о своей работе и получать поддержку для психического здоровья и благополучия.





Уровень вмешательства специалиста

Этот уровень предназначен для специализированного персонала и профессионалов, которые регулярно проводят персонализированное и совместно производимое вмешательство в различных условиях для людей, чтобы помочь им справиться с невзгодами и травмами. Или для сотрудников, которые поддерживают организации, чтобы они стали более информированными о травмах.

Услуги и поддержка, которыми я пользуюсь:

- работают вместе, чтобы оценить мои потребности и убедиться, что я получаю правильную поддержку
- работают вместе, чтобы мои потребности были на первом месте
- работают вместе, поэтому я прохожу терапию, основанную на том, что работает лучше всего
- убеждают, что я могу выбрать различные виды поддержки, включая интернет-терапию
- работают вместе со службами здравоохранения, чтобы обеспечить все лекарства и соответствующую медицинскую помощь
- работают с местными службами, чтобы обеспечить поддержку во всех сферах их жизни
- имеют политику, руководящие принципы и системы, которые обеспечивают мою безопасность и поддерживают меня правильным образом
- убеждают, что их сотрудники хорошо обучены и делятся передовым опытом.

Люди, которые меня поддерживают:

- знают, что со мной случилось, какую помощь я получил и какую поддержку оказать
- понимают, что мне нужна поддержка по другим вопросам, включая мое психическое здоровье
- привлекают меня к принятию решений о моем уходе и поддержке
- дают мне возможность установить свои собственные цели и решить, как я буду измерять успех
- могут определить, когда оказанная помощь не подходит, и изменить это
- узнают обо всех вариантах, которые могут мне предложить, и помогают выбрать правильный.





История Франсин

Уровень вмешательства специалиста

Франсин - психолог. Она оказывает поддержку семьям, приехавшим в Уэльс из военной зоны или в целях избежания насилия в своей стране. Франсин использует разные виды терапии в своей работе. Иногда она помогает им справиться с серьезными событиями, неприятностями и травмами.

Она прошла обучение по оказанию специализированной помощи. Она понимает:

- разные варианты терапии и знает, как выбрать лучший
- воздействие неприятностей и травм на психическое и физическое состояние
- насколько важно уважать культуру и убеждения людей.

Ее поддерживает старший психолог и группа других практикующих специалистов в области психического здоровья, которые специализируются на травмах, по необходимости. Это помогает убедиться, что она не пострадает от историй о травмирующем опыте других, чтобы это не повлияло на нее.



Следующие шаги

Мы соберем информацию и проверим, как эта программа используется в Уэльсе. Это поможет службам и организациям обмениваться опытом и совершенствоваться. Это также поможет понять, какие методы работают лучше, и как они влияют на жизнь людей.

Спасибо, что вы прочитали это

Вся программа доступна для ознакомления [здесь](#).

