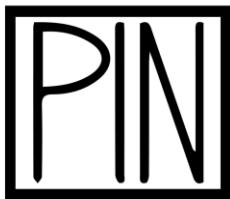




MENTALNO ZDRAVLJE IZBEGLICA IZVEŠTAJ O ISTRAŽIVANJU 2017





MREŽA PSIHOSOCIJALNIH INOVACIJA (PIN) SE BAVI OSMIŠLJAVANJEM, IMPLEMENTACIJOM I EVALUACIJOM RAZLIČITIH PSIHOSOCIJALNIH INTERVENCIJA KOJE ZA CILJ IMAJU ZAŠTITU MENTALNOG ZDRAVLJA IZBEGLICA, TRAŽILACA AZILA I MIGRANATA*, KAO I UNAPREĐENJE NJIHOVE EMOTIVNE, PSIHOLOŠKE I SOCIJALNE DOBROBITI.

KAO IMPLEMENTACIONI PARTNER UNHCR-A U SRBIJI, PIN SPROVODI ISTRAŽIVANJA NA TEMU MENTALNOG ZDRAVLJA IZBEGLICA, SA CILJEM PRAĆENJA TREDOVA, ISPITIVANJA PSIHOLOŠKIH POTREBA, OSIGURAVANJA PRAKSE ZASNOVANE NA DOKAZIMA, TE PREDVIĐAVANJA ODGOVARAJUĆIH PREPORUKA ZA PRUŽANJE PRILAGOĐENE PSIHOSOCIJALNE PODRŠKE.



Napomena: Primarni cilj ovog izveštaja je informisanje o pihološkom stanju i teškoćama sa kojima se suočavaju osobe koje su iz različitih razloga bile primorane da napuste zemlju porekla. Iz tog razloga, a radi lakšeg praćenja teksta, u nastavku izveštaja biće korišćen termin *izbeglica* za sve učesnike u istraživanju, bez obzira na njihov pravni status u trenutku sprovođenja istraživanja.

SAŽETAK

IZBEGLICE PREDSTAVLJAJU JEDNU OD PSIHOLOŠKI NAJOSETLJIVIJIH GRUPA. IZBEGLICE SU, U PROSEKU, PREŽIVELE VIŠE OD ŠEST VISOKO TRAUMATIČNIH DOGAĐAJA U SVOJOJ ZEMLJI POREKLA ILI TOKOM PUTA ŠTO REZULTIRA VIEŠESTRUKO UČESTALIJIM PSIHOLOŠKIM POTEŠKOĆAMA NEGO U OPŠTOJ POPULACIJI. PREMA MEĐUNARODNIM STANDARDIMA ZA PROCENU MENTALNOG ZDRAVLJA, 88.5% IZBEGLICA U SRBIJI BI SE MOGLO SMATRATI PSIHOLOŠKI UGROŽENIM OSOBAMA KOJIMA JE NEOPHODNA HITNA PSIHOLOŠKA POMOĆ I KONTINUIRANA PSIHOLOŠKA PODRŠKA.

NAJISTAKNUTIJE POTEŠKOĆE U KONTEKSTU MENTALNOG ZDRAVLJA PREDSTAVLJAJU SIMPTOMI DEPRESIJE, ANKSIOZNOSTI I POSTTRAUMATSKE STRESNOG POREMEĆAJA. IZRAŽENI SIMPTOMI DEPRESIJE JAVLJAJU SE KOD 48%, IZBEGLICA, SIMPTOMI ANKSIOZNOSTI KOD 37%, DOK SE SIMPTOMI KOJI UKAZUJU NA PRISUSTVO POSTTRAUMATSKE STRESNOG POREMEĆAJA JAVLJAJU KOD 26% IZBEGLICA I MIGRANATA.

U SRBIJI, IZBEGLICE SE SUOČAVAJU SA ŽIVOTnim POTEŠKOĆAMA NAKON MIGRACIJE, KOJE, TAKOĐE, NEGATIVNO UTIČU NA NJIHOVO MENTALNO ZDRAVљE I BLAGOSTANJE. NAIME, 81% NJIH SE SUOČAVA SA SIROMAŠTVOM DOK JE VIŠE OD 70% NJIH ZABRINUTO ZA ČLANOVE PORODICE KOJE SU OSTAVILI U ZEMLJI POREKLA.

UPRKOS TOME, VEĆINA IZBEGLICA POKAZUJE VISOK KAPACITET ZA PREVLADAVANJE STRESA I IMA POZITIVAN ODНОS PREMA SVOJOJ BUDUĆNOSTI. TAČNIJE, 56% IZBEGLICA VERUJE DA IMA DOVOLJNO KAPACITETA DA SE USPEŠNO IZBORI SA SVIM ILI GOTOVО SVIM POTEŠKOĆAMA U ŽIVOTU. POREД TOГA, 80% IZBEGLICA JE VEOMA OPTIMISTIČNO I VERUJE DA MOŽE POSTIĆI VELIKE STVARI U ŽIVOTU.

96% IZBEGLICA SMATRA PSIHOSESIJALNU PODRŠKU ZNAČAJNOM I KORISNOM.



METODOLOGIJA ISTRAŽIVANJA

Predstavljeni podaci prikupljeni su u periodu septembar 2016. – jul 2017. godine, na lokacijama na kojima PIN pruža psihosocijalnu podršku i intervencije usmerene na mentalno zdravlje izbeglica (primarno Beograd, Sjenica i Tutin). Različitim aspektima istraživanja obuhvaćeno je ukupno 546 korisnika. Kako je istraživanje imalo za cilj da obuhvati širok spektar izazova u oblasti mentalnog zdravlja, korišćeni su raznovrsni instrumenti za procenu.

INSTRUMENTI I METOD PRIKUPLJANJA PODATAKA

Podaci o traumatskim iskustvima prikupljeni su u individualnim intervjuima sa 178 korisnika. Intervjue su sprovodili psiholozi uz podršku prevodilaca i kulturnih medijatora, a odgovori su beleženi na Upitniku traumatskih događaja koji predstavlja ček-listu od 62 najfrekventnija i najrelevantnija traumatska događaja sa kojima su se izbeglice mogle suočiti u zemlji porekla (43 događaja) ili tokom puta (19 događaja). Kako izveštavanje o traumatskim iskustvima zahteva adekvatne uslove i nosi rizik retraumatizacije, intervjuji su vođeni samo sa izbeglicama sa kojima psiholozi imaju uspostavljen odnos poverenja i mogućnost kontinuiranog psihološkog rada na traumi u cilju očuvanja i poboljšanja njihovog mentalnog zdravlja.

Procena mentalnog zdravlja korisnika ($N = 261$) vršena je u odnosu na najčešće tegobe sa kojima se izbeglice suočavaju, odnosno, post-traumatski stresni poremećaj (PTSP), depresiju, anksioznost i aktuni distres. Sa ciljem obezbeđivanja efikasne ali istovremeno jezički i kulturološki prilagođene procene, korišćen je upitnik Refugee Health Screener (RHS-15), koji je psiholozima PIN-a dostupan na engleskom, farsi, arapskom, somalijskom i kubansko-španskom jeziku. Upitnik je, u skladu sa uputstvima, zadavan od strane psihologa uz podršku prevodilaca, ili su ga korisnici samostalno popunjavali ukoliko su za to postojali uslovi (adekvatan nivo pismenosti, razumevanja jezika i uputstva za popunjavanje, i sl.). Za identifikaciju osoba pod rizikom, odnosno pishološki vulnerabilnih osoba, u skladu sa preporukama, korišćen je prelomni skor 12, ali je radi povećanja senzitivnosti instrumenta dodat i prelomni skor za identifikaciju visoko vulnerabilnih - skor 24 (dvostruko veći od skora za identifikaciju onih kojima je potrebna psihološka podrška). Za simptomatologiju PTSP-a, depresije i anksioznosti korišćen je skor 2.25 po stavci, odnosno, sumarna vrednost skorova na svim stavkama koje sa najvećom osetljivošću i preciznošću identikuju prisustvo različitih manifestacija navedenih tegoba mentalnog zdravlja.

Rezilijentnost je konceptualizovana kao kombinacija pozitivnih aspekata funkcionalisanja osobe kao što su kapacitet za prevladavanje (deo upitnika RHS-15), subjektivni doživljaj blagostanja, zadovoljstva životom, sreće, optimizma i samopouzdanja. Podaci o rezilijentnosti su prikupljeni upitničkom metodom, u okviru individualnih intervjuja, u kojima je učestvovalo 348 korisnika.

Dodatno, kako bi se stekao uvid u dominantne teškoće tokom boravka u Srbiji, korisnici su, u okviru individualnih intervjuja sa psihologom, a uz podršku prevodilaca popunjavali upitnik Post-Migration Living Difficulties Questionnaire (PMLDQ), kojim se ispituje stepen pogođenosti osobe različitim teškoćama, kao što su: diskriminacija, jezička barijera, nemogućnost zaposlenja, siromaštvo, briga za članove porodice od kojih je osoba odvojena itd. Kako bi se dobili validni podaci, ovaj upitnik zadat je samo onim korisnicima koji su u trenutku ispitivanja u Srbiji boravili najmanje 6 meseci, odnosno njih 205.

KARAKTERISTIKE UZORKA IZBEGLICA

U istraživanju je učestvovalo 546 izbeglica (11.5% žena) koje su u trenutku prikupljanja podataka boravili u Srbiji. U uzorku su najveću zastupljenost imale mlade osobe, pri čemu je bilo najviše maloletnika uzrasta 15 do 17 godina (41.4%), a potom mlađih odraslih osoba uzrasta od 18 do 30 godina (34.5%). Najveći broj izbeglica koje su učestvovali u istraživanju poreklom je iz Avganistana ($N = 429$), zatim iz Irana ($N = 36$), Pakistana ($N = 33$), Sirije ($N = 26$), Iraka ($N = 12$), Kube ($N = 6$), dok najmanji broj njih potiče iz Sudana, Alžira, Nigerije i Somalije (po 1 osoba). Najveći broj ispitanika je islamske veroispovesti (97%), a uzorkom su obuhvaćeni predstavnici preko 20 etničkih grupa (afgani, hazari, paštuni, arapi, kurdi, urdu, tadžici, malik, luri, kubanci, itd.). Većina njih su sami, odnosno nisu u bračnoj niti vanbračnoj zajednici (82.6%).

U trenutku ispitivanja, većina izbeglica bila je između 10 i 18 meseci na putu, odnosno izvan svoje zemlje porekla, a do Srbije su stigli prolazeći kroz Tursku (76.4%), Iran (75.2%), Bugarsku (58.2%), Pakistan (33.8%), Grčku (29.4%), Makedoniju (27.0%), ali i Albaniju, Crnu Goru, Rusiju, Avganistan, Čad, Sudan, Irak, Kirgistan i Tadžikistan (manje od 1%). 51.9% izbeglica putuje samo, odnosno bez i jednog člana porodice, od čega 84.7% njih izjavljuje da putuje sa prijateljima. Sa druge strane, od onih koji putuju sa nekim članom porodice, 22.9% putuje sa jednim ili oba roditelja, 11.2% putuje sa supružnikom, 10.0% putuje sa jednim ili više dece, dok 29.2% putuje sa jednim ili više rođaka. Tokom puta, 4.6% izbeglica razdvojilo se od jednog ili više članova porodice i to najčešće roditelja ili rođaka. 89.4% izbeglica saopštava da je u zemlji porekla ostavilo porodicu ili nekog člana porodice. Tako je najveći broj njih ostavilo roditelje (80.2%) ili rođake (79.8%), dok je manji broj njih ostavio dete (6.2%) ili supružnika (5.7%). Konačno, 39.2% njih nema nikav izvor prihoda (ne zarađuju niti im neko šalje novac), a 14.7% njih ima akutno ili hronično zdravstveno stanje koje zahteva medicinski tretman i negu.

TRAUMATSKA ISKUSTVA

Izbeglice, posebno one koje dolaze iz ratom zahvaćenih područja, preživele su značajan broj traumatskih iskustava. Traumatski događaji mogu se načelno podeliti na one koji su se dogodili u zemlji porekla date osobe (trauma pre migracije), one koji su se dogodili tokom putovanja (trauma tokom migracije) i one koji su se dogodili u zemlji destinacije (trauma nakon migracije). Bez obzira na to kada je osoba doživela traumatsko iskustvo, ono može imati negativni uticaj na njen mentalno zdravlje i dobrobit.

TRAUMATSKA ISKUSTVA U ZEMLJI POREKLA

U proseku, izbeglice dožive čak 13 traumatskih događaja u svojim zemljama porekla. Drugim rečima, samo 7% izbeglica doživelo je jedan traumatski događaj, dok je 80% njih doživelo šest ili više traumatskih događaja pre nego što su bili primorani da napuste svoje domove. Velika većina izbeglica (84%) je bila primorana da napusti svoju domovinu zbog rata ili nekog drugog zastrašujućeg događaja koji je učinio da strahuju za sopstvenu i bezbednost svojih voljenih. Učestalost različitih traumatskih događaja doživljenih u zemlji porekla prikazana je u Tabeli 1.

Više od polovine izbeglica bile su svedoci uništavanja naseljenih ili nenaseljenih oblasti, miniranja, bombardovanja, te su bile primorane da se skriju kako bi se zaštitile od opasnosti. Pored toga, polovina izbeglica u iskustvu ima nasilnu smrt člana porodice ili prijatelja. Dodatno, svaka druga osoba svedočila je nanošenju ozbiljnih telesnih povreda, prebijanju ili mučenju drugih ljudi.



Tabela 1. Procenat izbeglica koje su doživele pojedine traumatske događaje u svojim zemljama porekla

Osoba je bila primorana da napusti zemlju porekla	83.8%	Osoba je bila u borbi (npr. otvorena vatra, eksplozije, granatiranja)	39.1%
Osoba je bila prisiljena da ostane u kući ili da se skriva zbog spoljnih opasnosti	65.3%	Osoba je prisustvovala masovnom pogubljenju civila	37.2%
Osoba je prisustvovala paljenju ili razaranju stambenih ili nenaseljenih oblasti	61.8%	Osoba je bila prisutna dok je neko u njenom stanu tražio stvari ili druge ljudе	37.0%
Osoba je prisustvovala prebijanju ili mučenju	56.8%	Osoba je doživela iznudu ili pljačku	35.8%
Osoba je doživela ubistvo ili nasilnu smrt člana porodice ili prijatelja	56.6%	Osoba je prisustvovala skrnavljenju ili uništavanju bogomolja ili drugih verskih objekata	36.4%
Član porodice ili blizak prijatelj osobe je učestvovao u vojnim akcijama	52.0%	Osoba je doživela da preuzme telо člana porodice ali da bude sprečena da ga na adekavtan način ožali i sahrani	30.1%
Osoba je bila izložena minskom polju, prisustvovala miniranju zgrada ili automobila	51.0%	Osoba je doživela mučenje, odnosno namerno ili sistematsko nanošenje fizičkog ili mentalnog bola dok je bila u zatočeništvu	29.5%
Osoba je doživela prebijanje	49.1%	Osoba nije imala pristup hrani ili vodi	29.3%
Osoba je videla unakažene ljude ili leševe koji se raspadaju	48.8%	Osoba je preživela napad hladnim oružjem	28.3%
Osoba je bila pretresana	47.4%	Osoba je doživela da nema gde da se skloni	26.6%
Osoba je bila izložena čestoj ili neprekidnoj snajperskoj vatri	46.6%	Neko je bio prinuđen da izda osobu i time ugrozi njenu bezbednost ili bezbednost člana njene porodice	26.0%
Osoba je doživela da nema pristup medicinskoj pomoći	44.8%	Osoba je bila prisiljena na prinudni rad	22.5%
Osoba je sklanjala ranjene ili mrtve	42.5%	Osoba je bila u zatvoru/zatočeništvu	20.2%
Član porodice ili blizak prijatelj osobe je nestao ili bio kidnapovan i/ili držan kao talac	41.0%		
Osoba je bila opljačkana, bila joj je oduzeta, zapaljena ili uništена lična imovina	39.7%		

Osoba je prisustvovala hapšenju, kidnapovanju, mučenju ili pogubljenju verskih vođa ili drugih važnih članova zajednice	18.7%	Osoba je bila prisiljena na stupanje u vojsku	11.0%
Osoba je bila proterana iz zemlje porekla zbog etničkog porekla ili verskih ubeđenja	18.6%	Član porodice ili blizak prijatelj osobe je bio silovan	10.7%
Osoba je učestvovala u vojnim akcijama	14.5%	Osoba je bila prisiljena na brak	8.7%
Osoba je doživela tešku telesnu povredu kao posledicu borbene situacije	14.4%	Osoba je bila prinuđena da izda nekoga ili fizički naudi nekome	7.4%
Osoba je u zatočeništvu boravila u samici/bilo joj je onemogućeno kretanje ili spavanje ili zadovoljenje fizioloških potreba ili je boravila u nehigijenskim uslovima	12.7%	Osoba je prisustvovala silovanju ili seksualnom zlostavljanju	7.2%
Osoba je bila kidnapovana i/ili držana kao talac	12.1%	Osoba je bila primorana da uništi nečije vlasništvo ili imovinu	5.2%
		Osoba je doživela seksualno zlostavljanje	1.9%
		Osoba je bila silovana	< 1%
		Osoba je bila prisiljena na prostituciju	< 1%

Rezultati istraživanja ukazuju na uzrasne i rodne razlike u učestalosti traumatskih iskustava u zemlji porekla koje prate trend uočen prethodnih godina. U proseku, odrasli doživljavaju jedan traumatski događaj više nego deca. Tako, odrasli sa većom verovatnoćom bivaju primorani na učešće u vojnim akcijama, da svedoče prebijanju ili mučenju drugih kao i da budu pretresani ili napadnuti. Dodatno, muškarci, u proseku izveštavaju o dva

traumatska događaja više više od žena u zemlji porekla. Ovi događaji pretežno uključuju zarobljeništvo i fizičko nasilje, bilo direktno ili posredno doživljeno. S druge strane, žene su češće izložene seksualnom i rodno zasnovanom nasilju (npr. silovanju, prisilnoj udaji, seksualnoj eksploraciji, itd.). Dodatno, u zemlji porekla, ženama su, sa većom učestalošću, bile nedostupne hrana i voda kao i medicinska pomoć i zdravstvena nega.

TRAUMATSKA ISKUSTVA TOKOM PUTOVANJA

Zvanično zatvaranje balkanske rute u martu 2016. godine uticalo je smanjenje broja izbeglica koji prolaze kroz Srbiju, ali i na to da se oni koji su bili primorani da napuste svoje domove izlažu dodatnom riziku i u većoj meri opredeljuju za veoma opasne načine putovanja kako bi stigli do zemlje destinacije. Tako je preko 80% izbeglica tokom puta bilo u nekoj životno ugrožavajućoj situaciji, odnosno u situaciji da nema dovoljno hrane i vode ili da nema gde da se skloni, te da bude primorano da proveđe određeno vreme na otvorenom (noć ili nekoliko dana) ili da im bude ugrožen fizički integritet kao posledica nasilja. Učestalost različitih traumatskih događaja doživljenih tokom puta prikazan je u Tabeli 2.

Tabela 2. Procenat izbeglica koje su doživele pojedine traumatske događaje tokom putovanja

Tokom puta osoba nije imala dovoljno hrane ili vode	88.1%
Tokom puta osoba nije imala sigurno sklonište	81.4%
Osoba je tokom puta bila životno ugrožena	80.8%
Osoba je nakon napuštanja zemlje porekla boravila u zatvoru ili zatočeništvu	69.5%
Tokom puta osoba je doživela diskriminaciju	66.8%
Za vreme puta osoba je doživela psihološko nasilje (vređanje, ponižavanje, pretnje, i sl.)	66.7%
Osoba je doživela da joj tokom puta bespravno ili nasilno oduzmu ličnu imovinu ili novac	65.0%
Osoba je doživela da na putu bude uskraćena za relevantne informacije od strane policije	62.3%
Osoba je tokom puta doživela fizičko nasilje	62.1%



Krijumčar nije ispunio dogovor prema osobi (npr. tražio je dodatni novac ili nije ostavio osobu na dogovorenom mestu)	59.3%
Tokom puta osoba je doživela da se izgubi, tj. da ne zna gde se nalazi niti kuda treba da ide	55.4%
Osoba je tokom puta doživela težu telesnu povredu	53.1%
Tokom boravka u zatočeništvu osoba je boravila u nehumanim uslovima (bez hrane, vode, grejanja, kreveta, mogućnosti da se slobodno kreće unutar prostora, uslova za održavanje lične higijene, medicinske pomoći, i sl.)	52.8%
Osoba je bila deportovana / vraćena preko granice	48.0%
Tokom boravka u zatočeništvu osobi su bila uskraćena zakonska prava (zatočen/a bez pravnog osonova, bez pravne pomoći i zaštite, osoba nije puštena iz pritvora u zakonskom roku, itd.)	46.6%
Osoba je na putu razdvojena od članova porodice ili bliskih prijatelja	29.9%
Osoba je doživela smrt bliske osobe tokom puta	23.7%
Krijumčar je tražio dodatne usluge od osobe (npr. prenošenje narkotika, vrbovanje drugih, predstavljanje tuđe dece kao svoje)	17.0%
Osoba je tokom puta doživela seksualno nasilje	3.5%



Izbeglice tokom puta u proseku dožive deset različitih traumatskih događaja. Samo nešto manje od 3% izbeglica nije doživelo nijedan traumatski događaj na svom putu do Srbije, dok je preko 90% njih doživelo četiri i više različitih traumatskih iskustava.

U poređenju sa podacima iz 2014. godine (Vukčević, Dobrić, & Purić, 2014), primećuje se opšti porast učestalosti traumatskih iskustava tokom puta. Tako je procenat onih koji su doživeli da neko vreme borave na otvorenom i nemaju sigurno skrovište, sa 67% u 2014. porastao na 81% u 2017. godini. Slično, procenat onih koji su doživeli deportaciju ili vraćanje u prethodnu zemlju sa 38% povećan je na 48%.

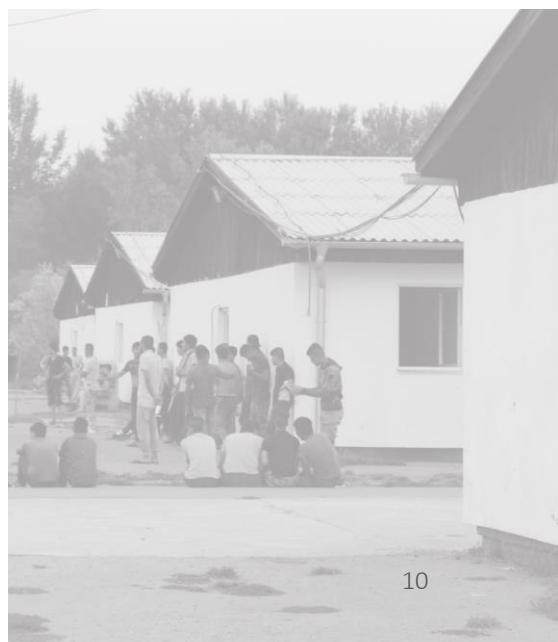
Zabrinjavajući je i trend povećanja broja težih fizičkih povreda tokom puta (npr. kao posledica fizičkog nasilja ili iscrpljujućeg i napornog puta u neadekvatnim uslovima). Tako je procenat onih koji su doživeli težu telesnu povredu sa 38% u 2014. godini porastao na preko 50% u 2017. godini. Dodatno, nešto više od dve trećine izbeglica je tokom puta doživelo bespravno ili nasilno oduzimanje novca ili lične imovine i fizičko nasilje. Takođe, 70% izbeglica tokom puta neko vreme provelo je u pritvoru ili zatočeništvu, a više od polovine je tokom zatočeništa boravilo u nehumanim i nehigijenskim uslovima.

Tokom puta posebno su ugrožena deca, koja u proseku dožive dva traumatska događaja više nego odrasle izbeglice i migranti. Rezultati pokazuju da deca izbeglice češće bivaju žrtve bespravnog ili nasilnog oduzimanja imovine, učestalije bivaju teže povređeni, sa većom ušestalošću se nađu u situaciji da nemaju dovoljno hrane i vode i bivaju češće razdvojeni od prijatelja i porodice. Posebno je važno istaći da maloletnici imaju veću verovatnoću da tokom puta budu u

zatvoru ili zatočeništu nego odrasli.

U pogledu rodnih razlika, muškarci su značajno češće bili žrtve fizičkog nasilja nego žene i češće su im tokom boravka u pritvoru bila uskraćena prava, odnosno bili su zatočeni bez pravnog osnova i/ili nisu pušteni iz pritvora u zakonskom roku i/ili nisu imali pravnu pomoć tokom boravka u zatvoru.

Kada se posmatraju uzrasne i rodne razlike, čini se da tokom puta najugroženiju grupu čine muški maloletnici, posebno ako putuju sami ili sa prijateljima. Osim što mladići uzrasta od 15 do 17 godina dožive najveći broj traumatskih iskustava, neka od tih iskustava se više puta ponavljaju. Tako je, pre pravilo nego izuzetak, da maloletnik tokom puta bude u pritvoru ili zatvoru (92.2%) kao i da nad njim bude vršeno fizičko nasilje veći broj puta (84.3%).





Osobe koje su učestvovalo u istraživanju boravile su na različitim lokacijama u Srbiji. Tako je tokom svog boravka u Srbiji 32.4% ispitanika bilo smešteno u PC Obrenovac, 25.2% u AC Krnjača, 10.4% u AC Sjenica, 9.6% u TC Šid, 8.2% u PC Preševo, 8.1% u TC Adaševci, 7.4% u AC Tutin, 7.2% u privatnom smeštaju u Beogradu, 5.3% u AC Bogovađa, 4.8% u AC Banja Koviljača, 1.8% u TC Subotica, < 0.5% u TC Principovac, i TC Kikinda. Važno je napomenuti da su neki ispitanici tom vremenu provedenog u Srbiji boravili na više lokacija.



96% IZBEGLICA SMATRA DA SU USLUGE
PSIHOLOŠKOG SAVETOVANJA I PROGRAMI
PSIHOSOCIJALNE PODRŠKE KORISNI

MENTALNO ZDRAVLJE I REZILIJENTNOST

Teški životni uslovi i stresna životna iskustva negativno utiču na mentalno zdravlje pojedinca. Migracija, a posebno izbeglištvo, sa sobom nosi veliki broj izazova za mentalno zdravlje osobe. Sa jedne strane, teške uslove života i često traumatske događaje u zemlji porekla, zatim sam proces napuštanja zemlje i teškoće sa kojima se osoba suočava tokom puta, ali i izazove adaptacije i uspostavljanja novog života u zemlji destinacije, sa druge strane. U prilog tome govore brojna istraživanja koja pokazuju da je učestalost javljanja različitih mentalnih poremećaja značajno veća u izbegličkoj nego u domicijalnoj populaciji.

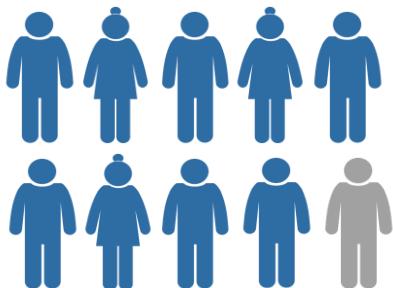
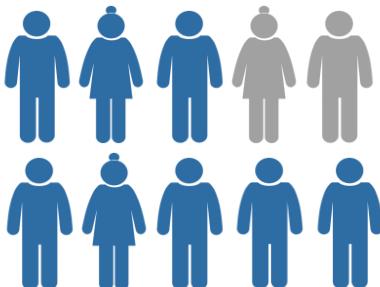
Podaci o mentalnom zdravlju izbeglica u Srbiji iz 2014. godine pokazali su da je simptomatologija najčešćih psiholoških tegoba visoko izražena, te da preko 2/3 izbeglica ima izražene simptome depresije, anksioznosti i post-traumatskog stresnog poremećaja. Dodatno, prisustvo ovih simptoma neretko uzrokuje brojne teškoće u svakodnevnom funkcionisanju. S obzirom na izmenjene okolnosti i veliki broj izbeglica koji su se tokom prikupljanja podataka kratko zadržavali u Srbiji, procena mentalnog zdravlja prilagođena je u odnosu na preporučene instrumente za rad sa izbeglicama iz 2014. (vidi odeljak: Metodologija istraživanja). U tom smislu, primenjena je baterija za inicijalnu psihološku procenu koja za cilj ima identifikaciju izbeglica čije je mentalno zdravlje ugroženo ili narušeno, te onih kojima je potrebna dodatna psihološka podrška.



Rezultati procene mentalnog zdravlja izbeglica prikazani na Grafikonu 1. pokazuju da 88.5% njih, prema međunarodnim standardima za procenu mentalnog zdravlja, ima teškoće u oblasti mentalnog zdravlja tj. na upitniku RHS-15 postižu skor koji je veći od prelomne vrednosti za identifikaciju osoba čije je mentalno zdravlje pod rizikom ili je akutno narušeno.

Nešto manje od jedne trećine izbeglica pokazuje umerenu psihološku ugroženost, dok gotovo dve trećine njih pokazuje visok stepen psihološke ugroženosti*.

Važno je istaći da u istraživanju nisu zabeležene razlike u pogledu psihološke vulnerabilnosti između muškaraca i žena. Drugim rečima, gotovo isti procenat muškaraca i žena ima psihološke tegobe, te im je neophodno pružiti profesionalnu psihološku podršku ili neki drugi vid pomoći usmerene na mentalno zdravlje. Takođe, nisu zabeležene značajne razlike u pogledu mentalnog zdravlja punoletnih i maloletnih izbeglica, već se u obe grupe, sa relativno sličnom zastupljenosću, javljaju oni kojima je potrebna dodatna podrška.



Grafikon 1. Psihološka vulnerabilnost izbeglica



Rezultati dobijeni korišćenjem skale akutnog distresa pokazuju da 77.5% izbeglica ima akutne tegobe ili se nalaze u akutnoj fazi traume te im je neophodno pružiti prvu psihološku pomoći, i dalje pratiti njihovo psihološko stanje, te obazbediti uslove za kontinuirano pružanje adekvatne psihološke i psihosocijalne podrške.

*skor na RHS-15 veći dvostruko i više od prelomne vrednosti za identifikaciju psihološki ugroženih osoba

POST-TRAUMATSKI STRESNI POREMEĆAJ (PTSP)

Posttraumatski stresni poremećaj je poremećaj mentalnog zdravlja koji se javlja kao posledica izloženosti ekstremnom stresu, odnosno usled doživljavanja jednog ili više traumatskih iskustava. Simptomatologija PTSP-a može se razlikovati u zavisnosti od velikog broja personalnih i situacionih faktora, ali po pravilu uključuje: intruzije koje predstavljaju uznemirujuća ponavljanja, nevoljna i nametljiva sećanja na traumatski događaj koje osoba nije u mogućnosti da kontroliše, zatim tendenciju izbegavanja mesta i situacija koja osobu podsećaju na traumatsko iskustvo, kao i misli i osećanja koje to iskustvo evocira. Dodatno, simptomi uključuju širok spektar negativnih uverenja u vezi sa sobom i svetom, kao i kognitivnih teškoća koje se često ogledaju u nemogućnosti prisećanja određenih aspekata traumatskog iskustva ili događaja koji su mu neposredno prethodili. Konačno, simptomatologija PTSP-a uključuje visoku pobuđenost i reaktivnost u vezi sa traumatskim iskustvom.

Rezultati procene mentalnog zdravlja pokazuju da **28.1%** izbeglica ima izražene simptome PTSP-a. U tabeli 3. prikazana je učestalost različitih simptoma PTSP-a, odnosno procenat izbeglica kod kojih je dati simptom izraženo prisutan.

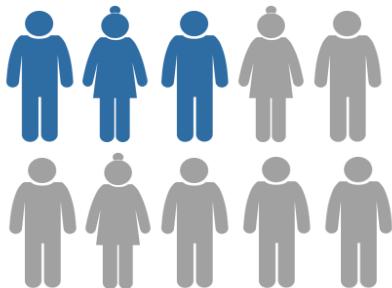


Tabela 3. Zastupljenost PTSP simptoma

Osoba ima intruzivna sećanja na traumu ili doživljaj da joj se trauma ponovo događa	46.9%
---	--------------

Osoba ima izražene fizičke reakcije (oblijanje znojem, ubrzan rad srca) pri susretu sa ili pri pomisli na neki aspekt traume	42.3%
--	--------------

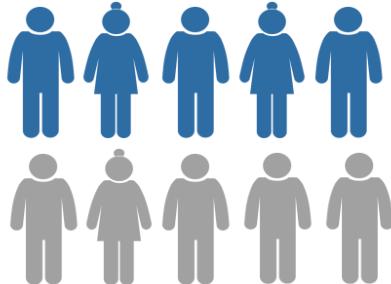
Doživljaj emocionalne praznine i otupelosti (npr. osoba oseća kao da je tužna ali ne može da zaplače)	60.8%
---	--------------

Povišena pobuđenost i spremnost da se reaguje (npr. strašljivost, iritabilnost)	35.4%
---	--------------

Kao najprominentnija tegoba izdvaja se doživljaj emocionalne otupelosti i praznine, te utisak osobe da ne može da iskusi pozitivne emocije na način na koji je to činila ranije. Ovaj simptom veoma je izražen kod gotovo dve trećine izbeglica.

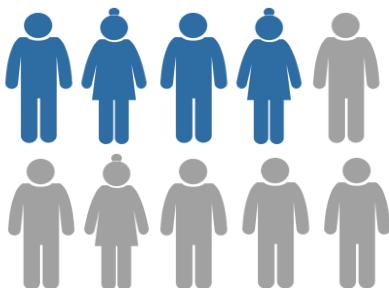
DEPRESIJA

Depresija predstavlja poremećaj mentalnog zdravlja koji nužno uključuje ispoljavanje bilo sniženog raspoloženja i/ili upadljivo smanjenog interesovanja za različite aktivnosti. Dodatno, depresivnu simptomatologiju karakteriše snižen nivo energije i pojačan zamor, zatim gubitak samopouzdanja i samopoštovanja, kao i tendencija ka unutrašnjoj atribuciji krivice za negativne događaje. Pored toga, depresija negativno utiče na koncentraciju, spavanje i apetit. Rezultati procene mentalnog zdravlja pokazuju da **48.1%** izbeglica ima izražene simptome depresije.



ANKSIOZNOST

Anksioznost je pojam koji obuhvata brojne teškoće u domenu mentalnog zdravlja, a koje karakteriše neprijatno stanje strepnje, strašljivog iščekivanja negativnih događaja ili intenzivan strah zbog anticipirane pretnje. Anksioznost često uključuje razdražljivost i veliki broj fizičkih simptoma kao što su otežano disanje, mučnina, preznojavanje, vrtoglavica, malaksalost, itd. Rezultati procene mentalnog zdravlja pokazuju da **36.7%** izbeglica ima izražene simptome anksioznosti.



U Tabeli 4 dat je prikaz učestalosti tegoba koje karakterišu depresivnu i anksioznu simptomatologiju, odnosno procenat izbeglica koje u velikoj meri doživljavaju date simptome. Rezultati pokazuju da je dominantna teškoća sa kojom se izbeglice susreću kontinuirana briga i veliki broj ruminirajućih misli kojih ne mogu da se oslobole. Tako više od dve trećine izbeglica, zbog preživljenih traumatskih iskustava, neizvesne budućnosti i dožvljaja odsustva ili nedovoljne kontrole nad sopstvenim životom, ne može zaustaviti naviranje anksioznih misli. Ove misli često dovode do toga da se osoba oseća nesigurno, uznemireno, ali i potišteno, tužno i beznadežno. Kontinuirano i dugotrajno doživljavanje negativnih emocija sa sobom nosi sniženu funkcionalnost u obavljanju svakodnevnih aktivnosti, osećaj umora i nedostatka energije. Pomenute teškoće mogu dovesti do povećanog rizika od javljanja suicidalnih ideja i autodestruktivnog ponašanja.

Poseban izazov u radu sa izbeglicama koji usložnjava pružanje adekvatne i uvremenjene podrške predstavlja višestruka vulnerabilnost ovih osoba usled teških životnih okolnosti poput različitih traumatskih iskustava, teškoća u ostvarivanju stabilnog okruženja i brojnih prepreka u ostvarivanju „normalnih obrazaca funkcionisanja“ kao što su redovno školovanje, zaposlenje, pristupanje zdravstvenoj i socijalnoj zaštiti itd.. Kao posledica pomenutih problema sa kojima se izbeglice suočavaju, zajedničkojavljanje većeg broja teškoća u oblasti mentalnog zdravlja pre se može smatrati pravilom no izuzetkom.

U prilog tome govori podatak da se simptomi depresije javljaju kod 85.3% onih koji imaju izražene simptome anksioznosti, dok je anksioznost prisutna kod 64.8% depresivnih.



Tabela 4. Zastupljenost simptoma anksioznosti i depresije

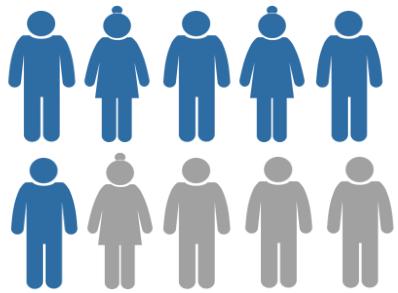
Većinu vremena osoba se oseća tužno, setno, neraspoložeo	66.5%
Osoba ima osećaj bespomoćnosti	62.3%
Osoba oseća nedostak energije, slabost i vrtoglavicu	37.7%
Osoba se lako rasplače ili često plače	41.2%
Osoba ne može da prestane da razmišlja - misli joj se uvek vrte po glavi	78.4%
Osoba je plašljiva tj. lako se uplaši bez posebnog razloga	34.3%
Osoba oseća nervozu i trese se iznutra	40.4%
Osoba ne može da se smiri, ne drži je mesto	56.0%
Osoba ima bolove u mišićima, kostima, zglobovima	30.9%

Napomena: Prva četiri simptoma predstavljaju indikatore depresije; naredna četiri simptoma su pokazatelji anksioznosti, dok se poslednja stavka odnosi na somatizaciju, odnosno telesnu manifestovanju simptoma.

KAPACITET ZA PREVLADAVANJE STRESA

Kapacitet za prevladavanje stresa predstavlja uspešnost osobe da na adaptivan način koristi različite mehanizme i strategije u ponašanju i mišljenju, te tako izade na kraj sa životnim teškoćama.

Rezultati procene kapaciteta za prevladavanje stresa i životnih teškoća pokazuju da **55.8%** izbeglica smatra da ima kapaciteta da se izbori sa preprekama i problemima na koje nailazi. Ohrabrujuće je što značajan broj izbeglica veruje da mogu da prevaziđu bilo koji životni izazov (39.5%), kao i da se dodatnih 16.3% oseća sposobno da izade na kraj sa većinom stvari u životu. Ipak, važno je napomenuti da jedna od deset izbeglica smatra da nema kapaciteta da se nosi sa životnim problemima, odnosno oseća da ne može da se izbori ni sa čim što joj se u životu događa.





POZITIVNI ASPEKTI PSIHOLOŠKOG FUNKCIONISANJA

Uprkos svim životnim teškoćama, izbeglice pokazuju visok kapacitet i spremnost za ponovno uspostavljanje normalnog života i psihološkog blagostanja. U tabeli 5 prikazan je procenat izbeglica koje imaju visok nivo optimizma, samopoštovanja, zadovoljstva životom, samoefikasnosti i sreće.

Tabela 5. Zastupljenost pozitivnih aspekata psihološkog funkcionisanja

Optimizam - <i>Optimističan sam u pogledu budućnosti</i>	79.6%
Samopoštovanje - <i>Verujem da imam sposobnosti da u životu postignem velike stvari</i>	82.5%
Zadovoljstvo životom - <i>Zadovoljan sam svojim životom i ne bih mnogo stvari menjao.</i>	31.8%
Samoefikasnost - <i>Zadovoljan sam onim što sam u životu postigao.</i>	52.0%
Sreća - <i>U celini sebe smatram srećnom i zadovoljnom osobom</i>	50.3%

FAKTORI OD ZNAČAJA ZA MENTALNO ZDRAVLJE I BLAGOSTANJE IZBEGLICA U SRBIJI

Bilo da izbeglice u Srbiji planiraju da ostanu ograničeno vreme (tražeći povoljan trenutak i način da nastave putovanje) ili da u Srbiji grade novi život, one su, gotovo neminovno, suočene sa širokim spektrom teškoća koje dodatno negativno utiču na njihovo mentalno zdravlje. Tako većini izbeglica teško pada siromaštvo (81.4%), usamljenost i dosada (73.2%), izolovanost (66.9%), neposedovanje dozvole za rad (72.3%), kao i razdvojenost od porodice (72.2%). Takođe, značajan broj njih strahuje da će biti vraćeni u zemlju porekla (68.8%), što naročito negativan uticaj ima na one osobe koje su bile primorane da napuste svoj dom usled većeg broja traumatskih iskustava.

U pogledu brige o izbeglicama koja je sistemskog karaktera, 41.2% izbeglica saopštava da ih brine odlaganje ili dugo trajanje azilne procedure, zatim ograničen pristup medicinskim pregledima i intervencijama (47.1%) kao i uslugama psihološkog savetovanja (52.7%), dok 62.9%

izveštava da im teško pada nedevoljna pomoć državnih organa i institucija.

Konačno, izbeglice se suočavaju i sa značajnim teškoćama u kulturološkom prilagođavanju, te 58.6% njih nailazi na probleme u komunikaciji zbog jezičke barijere, a čak 67.2% kaže da im prilagođavanje otežava to što nemaju pristup hrani ili namirnicama koje vole ili koje su navikli da imaju u ishrani (npr. voće, začini itd.).

Sa druge strane, među najređe navođenim teškoćama nalaze se konflikti sa imigracionim službenicima i policijom (13.4%), kao i neadekvatan odnos prema izbeglicama tokom intervjua u policiji (18.1%). U poređenju sa rezultatima iz 2014, kada je pokazano da čak 42% izbeglica doživi neke od problema sa policijom, ovaj rezultat ukazuje na unapređenje prakse od strane predstavnika policije, te određene pozitivne aspekte nastojanja ka sistemskim promenama u pružanju zaštite i podrške.

Analiza odnosa psiholoških tegoba i post-migracionih teškoća pokazuju da su glavni faktori koji utiču na mentalno zdravlje izbeglica tokom boravka u Srbiji:

- Socijalna podrška od državnih organa i institucija
- Socijalna podrška od humanitarnih organizacija
- Aktivnosti usmerene na smanjenje siromaštva
- Aktivnosti usmerene na smanjenje izolovanosti, usamljenosti i dosade
- Redovan pristup uslugama psihološkog savetovanja
- Pristup kulturološki adaptiranoj ishrani



FOTOGRAFIJE

Ozair Faqirzada

Amaterski fotograf, trenutno sa porodicom živi u AC Knjača

عَزِيز فَقِيرْزَادَه

عکاس نوآموز (آماتور) در حال حاضر با خانواده در کمپ (کرناچا) زندگی می‌کند.

Озайр Факирзада

Аматерски фотограф, тренутно са породицом живи у АЦ Крњача



AUTORI

Maša Vukčević Marković

Psiholog i psihoterapeut sa desetogodišnjim iskustvom rada sa najranjivijim izbeglicama, koordinator projekta pružanja psihosocijalne podrške izbeglicama u Srbiji

Jovana Gašić

Klinički psiholog, menadžer programa pružanja psihosocijalne podrške izbeglicama

dr Jovana Bjekić

Psiholog-istraživač, naučni saradnik na Univerzitetu u Beogradu, istraživač na projektu pružanja psihosocijalne podrške izbeglicama

RECENZIJA

Marko Živanović

Odeljenje za psihologiju, Filozofski fakultet, Univerzitet u Beogradu

U prikupljanju podatka učestvovali:

Irena Stanković, psiholog

Dunja Božović, psiholog

Irena Stojadinović, klinički psiholog

Tatjana Gutić, psiholog

Andrej Todorović, klinički psiholog

Uroš Radmanović, psiholog

Isidora Ilić, dečji psiholog

Zahvalnost dugujemo brojnim prevodiocima, kulturnim medijatorima i volonterima koji su pomogli u sprovođenju istraživanja



Network

PNP



Prikazani podaci su prikupljeni i diseminovani u okviru projekta Pružanje psihosocijalne podrške ugroženim izbeglicama u Srbiji