Podcast epizoda 6

Uvod u rad s migrantima

Pozdrav,

Ja sam dr. Charles David Tauber, predsjednik udruge Koalicija za rad sa psihotraumom i za mir. Ukoliko želite saznati više o nama i našem radu, potražite nas na našoj Internetskoj stranici [www.cwwpp.org](http://www.cwwpp.org). Slobodno nam pošaljite vaše komentare i ideje za budući podcast.

U današnjem podcastu govoriti ćemo o migrantima i njihovim problemima s kojima se suočavaju na svojem putu za boljim životom.

Zašto ljudi migriraju? To nikako nije jednostavna odluka. Ljudi migriraju zbog rata, diskriminacije, nasilja, zato što žele pobjeći od siromaštva i omogućiti svojoj djeci i sebi bolju budućnost. Većina ljudi koja migrira, prisiljena je na to. Neki migriraju zbog posla ili školovanja, ali većina se osjeća prisiljenima da napuste svoj dom.

Nažalost, došlo je do dehumanizacije i kriminaliziranja migracija. Mnoge vlade to rade što je ne samo neetično nego i što se nas tiče vrlo žalosno.

Ljudi su zlostavljani u svojoj domovini, zlostavljani su na putu prema boljem životu i prisiljeni su živjeti u vrlo teškim uvjetima. Uvjeti su vrlo često nehigijenski, vrijeme provode na otvorenom ili u šatorima gdje im često bude hladno i mokro, uglavnom nehumani uvjeti života. Također prolaze i kroz „administrativno nasilje“, gdje trebaju proći kroz papirologiju na jeziku koji ne razumiju.

Migranti često dožive traumu zbog onoga što prolaze i gdje se nalaze. Proživljavaju traume u domovini, budu traumatizirani na svome putu, ili kad napokon dođu do željene destinacije prolaze kroz traumu zbog prilagodbe na novu kulturu i okolinu. Govoriti ćemo više o ovim stvarima u sljedećim podcastima.

Poanta je, da su migranti često traumatizirani. Znamo da ignoriranje njihovih trauma je vrlo opasno, ne samo za migrante nego i za zajednicu u kojoj se nalaze. Migranti nemaju samo psihološke probleme, nego obolijevaju i od drugih raznih bolesti. Što se tiče funkcioniranja u zajednici, postoje mogućnosti za obiteljsko nasilje, što je vrlo čest slučaj jer su migranti frustrirani i traumatizirani. Ukoliko se društvo ne pobrine za njihove traume i frustracije, ono može rezultirati civilnim nasiljem unutar zajednice.

Neki od psiholoških problema s kojima se migranti suočavaju su anksioznost, depresija i ovisnost. Također mogu imati takozvanu „reaktivnu psihozu“ koja je zapravo bijeg od realnosti situacije u kojoj se nalaze. Stoga je vrlo važno pružiti migrantima psihološku pomoć i podršku.

Ukoliko se trauma ne otpusti može uzrokovati tjelesne simptome. Jedan od čestih problema jest sa krvožilnim sustavom kao što su visok tlak, srčani udar, moždani udar i sl. Također mogu imati problema sa gastrointestinalnim sustavom poput čireva. Njihov imunosni sustav je pogođen stresom i traumom te su često podložni bolestima. Čak mogu oboljeti i od raka. Mogu imati probleme sa endokrinim sustavom poput problema sa štitnjačom, dijabetes itd. Stoga je vrlo važno pružiti im primjerenu skrb.

Kada radite s migrantima, vaš najvažniji zadatak je slušati ih. Ne znam koliko puta su mi rekli da sam prvi koji ih je saslušao, suosjećao s njima, poslušao što imaju za reći osobito njihove životne priče. To je zaista važno u radu s migrantima.

Ukoliko radite s migrantima morate biti vrlo pažljivi u vašem odnosu prema njima. Trebate zadobiti njihovo povjerenje. Ima jedna stara izreka: „Povjerenje se teško stiče, a još lakše izgubi.“ Govorite ljudima istinu. Nemojte davati obećanja koja ne možete ispuniti. Što se tiče bliskosti, budite prijateljski raspoloženi ali nemojte se previše vezati, osobito ako ćete raditi sa njima na kratko vrijeme. Budite vrlo oprezni sa ljudima koji su traumatizirani jer će oni postati ovisni o vama, i prekidanje tog odnosa ili dopuštanje previše bliskosti može biti štetno za vas i za migranta. Možete doživjeti sekundarnu (posrednu) traumatizaciju. Ona se može dogoditi gotovo svakome, osobito ljudima koji rade s migrantima, jer ipak suosjećate sa tim ljudima.

Ukoliko je moguće, uputite migrante ljudima koji im zaista mogu pomoći. Mnogi migranti imaju pravnih problema. Pokušajte doći do odvjetnika koji poznaje migracijske zakone, to je ne samo vrlo teško nego i zakoni se mijenjanju te vam je potreban dobar odvjetnik. Također, pokušajte pronaći dobrog liječnika koji će razumjeti o čemu mu migrant govori. U nekim organizacijama ima doktora koji znaju dobro pregledati migrante te često znaju otkriti nasilje vršeno nad migrantima.

Također preporučujemo ukoliko ste u mogućnosti da pronađete za migrante grupe samopomoći ili nekoga tko im može pružiti psihološku pomoć na duže vrijeme.

To nisu problemi koji se mogu riješiti preko noći, potrebno je vrijeme.

Govorili smo o problemima migranata, ali migranti imaju vrlo dobar utjecaj na zajednicu. Generalno, migranti se zaista trude i rade kako bi bili prihvaćeni. Zajednici donose kulturološku raznolikost i nove ideje. Stoga može biti vrlo korisno prihvatiti migrante u svoju zajednicu.

Zapamtite, vrlo je važno tretirati migrante humano i adekvatno. Ne treba ih dodatno dehumanizirati i maltretirati. To nije niti etično niti moralno.

Prihvaćanje i pomaganje migrantima djeluje pozitivno na cijelu zajednicu i time se izbjegava nasilje.

Hvala vam na pažnji i do slušanja.