



MINISTERSTVO VNITRA
ČESKÉ REPUBLIKY

Uprchlíci ze Sýrie

Kulturní a psychosociální aspekty



Štěpán Vymětal

Andrea Šíchová

© Odbor bezpečnostní politiky a prevence kriminality MV ČR

Praha, 2015

- text neprošel jazykovou korekturou

Obsah

| | | |
|-----|--|-----|
| 1 | Úvod..... | 4 |
| 2 | Sociokulturní zázemí syrských uprchlíků | 4 |
| 2.1 | Etnická rozmanitost a jazyk | 5 |
| 2.2 | Náboženství | 6 |
| 2.3 | Uprchlíci v Sýrii | 7 |
| 2.4 | Kulturní specifika vnímání psychického zdraví a psychosociální pohody | 7 |
| 3 | Syrští uprchlíci a běženci..... | 8 |
| 3.1 | Násilí a přesídlení v syrském konfliktu..... | 9 |
| 4 | Úroveň psychického zdraví a psychosociální rovnováha Syřanů zasažených krizí | 10 |
| 4.1 | Psychická onemocnění a psychosociální stres u Syřanů zasažených konfliktem ... | 12 |
| 4.2 | Zvládání psychosociálního stresu..... | 144 |
| 4.3 | Psychická onemocnění a psychosociální stres: odlišnost a zranitelnost | 16 |
| 5 | Psychosociální podpora a její specifika | 18 |
| 5.1 | Jazyková bariéra | 19 |
| 6 | Závěrečná shrnutí a doporučení pro praxi | 20 |
| 7 | Seznam souvisejících zdrojů | 21 |
| 8 | Zdroje grafických materiálů | 22 |

1 Úvod

Válečný konflikt, který v Sýrii trvá od roku 2011, vyhnal z domovů již téměř polovinu syrské populace. Z obav o své zdraví opustilo zemi několik milionů obyvatel¹, kteří se pokoušejí najít bezpečné zázemí v okolních zemích, přičemž někteří z nich se vydávají na dlouhou a nebezpečnou cestu do Evropy. I přesto, že podíl uprchlíků, kteří jsou registrovaní v České republice, není nyní v poměru k okolním zemím nikterak veliký, je potřeba jim věnovat pozornost.

Tento materiál vychází z aktuálních zahraničních průzkumů mezi běženci a uprchlíky organizovaných převážně v uprchlických táborech v Sýrii a okolních zemích. Hlavní dokument, ze kterého vycházíme, má název *Culture, Context and the Mental Health and Psychosocial Wellbeing of Syrians: A Review for Mental Health and Psychosocial Support staff working with Syrians Affected by Armed Conflict* (*Kultura, kontext, duševní zdraví a psychosociální rovnováha Syřanů: přehled pro psychosociální pracovníky, kteří pracují se Syřany zasaženými ozbrojeným konfliktem v Sýrii*) a byl vytvořen v r. 2015 UNHCR za spolupráce mnoha odborníků z různých částí světa².

Smyslem materiálu, který je před vámi, je přiblížit psychosociální aspekty, které souvisí se současnou migrační krizí, a zvýšit povědomí o psychosociálních potřebách uprchlíků. Přestože je text zaměřen převážně na syrské uprchlíky, je možné jej využít také při přípravě na práci s jinými národnostními skupinami uprchlíků. Základní psychosociální principy jsou univerzální. Tento materiál je určen příslušníkům uniformovaných složek, humanitárním pracovníkům, pracovníkům krizového řízení a různým dalším zainteresovaným profesím.

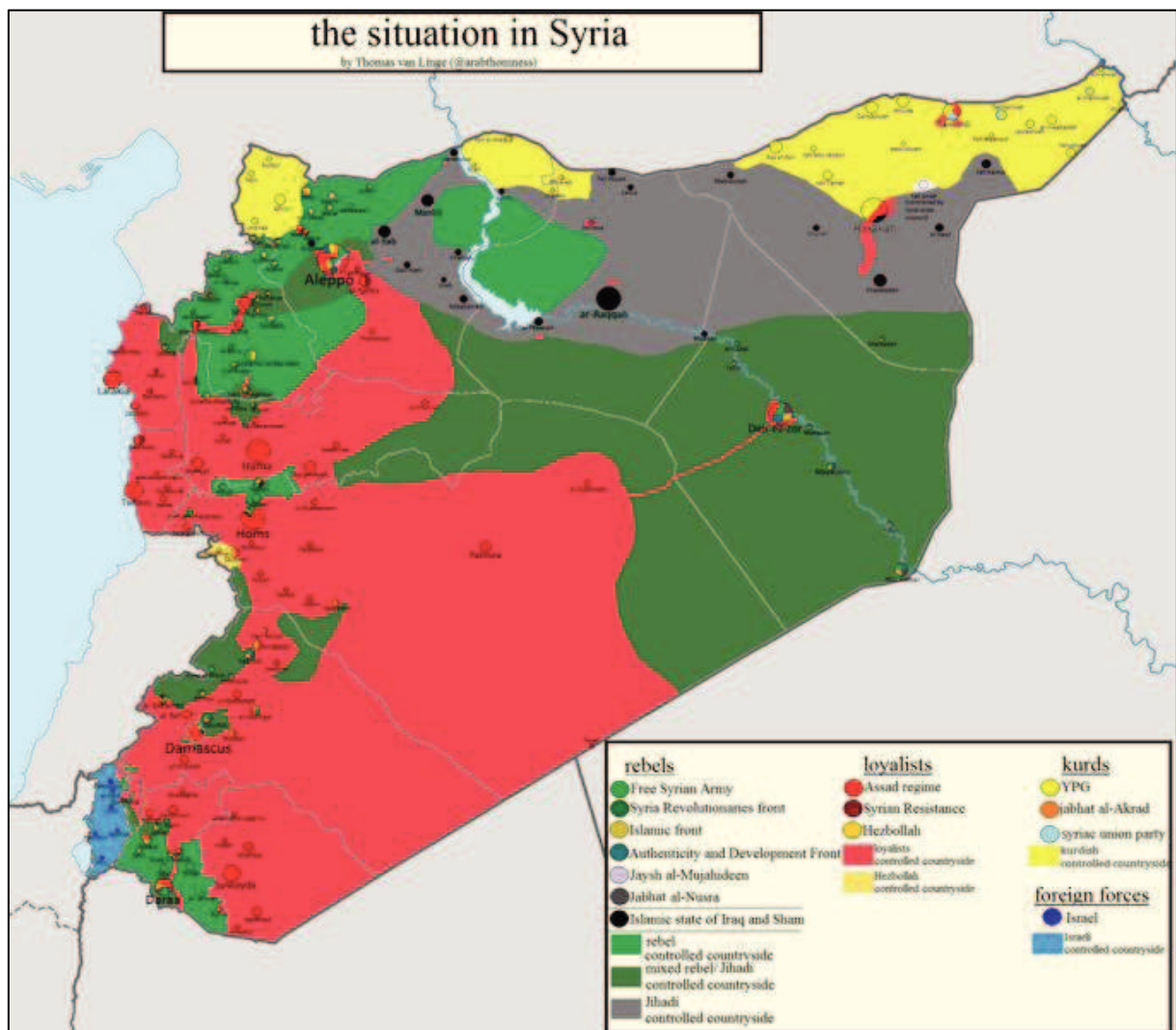
2 Sociokulturní zázemí syrských uprchlíků

Syrská populace je charakteristická velikou rozmanitostí nejen v náboženských, ale i sociálních, socioekonomických a etnických aspektech. Ty společně s věkem a pohlavím ovlivňují rodinné a komunitní vztahy a dynamiku, způsoby chápání nemocí, zvládání náročných situací a vyhledávání pomoci. Z toho důvodu je při práci s uprchlíky vhodné mít neustále na paměti, že jejich **sociokulturní zázemí může být velice odlišné**.

¹ Data k prosinci 2015 - <http://data.unhcr.org/syrianrefugees/regional.php>.

² <http://www.unhcr.org/cgi-bin/texis/vtx/home/opendocPDFViewer.html?docid=55f6b90f9&query>

Náboženství a příslušnost k etnické a kmenové skupině je důležité z hlediska osobní identity a skupinové loajality pro mnoho Syřanů. Tato identita může přispívat k vytváření skupinových vazeb a zvýraznění rozdílů mezi lidmi, jejichž překonávání může být psychicky náročné. Je proto potřeba, aby si lidé pracující s uprchlíky byli vědomi rozmanitosti této identity a loajality. To může mít vliv na celkové prožívání a chápání konfliktu a situace vysídlení stejně jako na **sociální vazby a vztahy mezi uprchlíky**.



Obrázek 1: Válečná situace v Sýrii k 22. březnu 2014

2.1 Etnická rozmanitost a jazyk

Po staletí byl region současné Sýrie osídlený lidmi s různorodým etnickým a náboženským zázemím. Zároveň byla Sýrie útočištěm pro pestrou škálu skupin utíkajících před útlakem a konflikty v jiných oblastech. Mezi ně patří například Arméni, Asyřané a Čerkesové. Vzhledem k nedostatku přesných dat ze sčítání lidu můžeme etnické

a náboženské složení současné syrské populace jen odhadovat. Ačkoli je většina Syřanů považována za Araby, nejedná se o pojem vycházející z etnického původu, ale z používaného jazyka.

V posledních letech získala pro Syřany **velký význam kmenová příslušnost**. V zemi s oslabenou státní strukturou působí jako způsob identifikace, sebeorganizace a uvědomění si své příslušnosti. Kmenová identita a autorita spojená s tradičními vůdci (kteří byli v minulosti často součástí syrské vlády) nadále existuje nejen mezi beduínskými kmeny, ale také mezi Syřany.

Syrská ústava zmiňuje **arabštinu** jako oficiální úřední jazyk bez uznání jakýchkoliv práv pro jiné jazykové skupiny. Druhým nejčastějším jazykem v oblasti je **kurdština**, kterou hovoří až 10% populace. Odhaduje se, že je v Sýrii používáno až 17 různých jazyků.

2.2 Náboženství

Syřané jsou často tříděni do kategorií podle náboženské příslušnosti (sunnité, alavité, křesťané, atd.), ale to nemusí nutně znamenat, že jsou konkrétní jedinci oddaně věřící nebo dokonce aktivně praktikující. Před současným konfliktem byl **sunnitský islám** považován za náboženskou příslušnost tří čtvrtin populace. Různé skupiny spadající pod **šíitský islám** (např. alavismus, ismá'ilíja a isná ašarija) tvoří dohromady zhruba 13 % populace. Různé **křesťanské skupiny** představují zhruba 10 % a **drúzové** 3 % populace.



Obrázek 2: Mapa Sýrie a okolních států

2.3 Uprchlíci v Sýrii

Před vypuknutím současného konfliktu poskytovala Sýrie útočiště pro významné množství uprchlíků a žadatelů o azyl. Velká většina z nich pocházela z Iráku a Palestiny, ale byly zde i menší skupiny z Afganistánu, Súdánu, Somálska a dalších zemí. Od vypuknutí konfliktu tak zemi neopouští jen Syřané, ale i uprchlíci a žadatelé o azyl původem z jiných zemí, kteří již několik let na území Sýrie žili.

2.4 Kulturní specifika vnímání psychického zdraví a psychosociální pohody

Pojmy jako psychický stav a psychosociální pohoda (tzv. well-being) nemusí být mezi Syřany obecně známé a mohou být vnímány negativně. Utrpení je v mnoha zemích považováno za běžnou součást života a není mu věnována přílišná pozornost. Psychologická nebo psychiatrická péče je v Sýrii dostupná spíše lidem s opravdu vážnými psychickými obtížemi.

Mnoho Syřanů používá při vyjadřování svých psychických potíží výrazy popisující **tělesné prožitky**, protože modely vysvětlující nemoci v této kultuře neoddělují tělesné a psychické prožívání, ale jsou vnímány jako jeden celek. Přesto mohou být v syrské populaci velké rozdíly ve způsobu nahlížení na osobnost jedince a pojetí psychického zdraví, které jsou způsobené odlišným kulturním, etnickým a náboženským zázemím.

V rámci islámského náboženství je osobnost vnímána jako tzv. **sociocentrická**. Znamená to, že každá bytost je tedy v jakémsi spojení se všemi ostatními bytostmi stvořenými Bohem. Toto spojení tudíž charakterizují dvě dimenze lidské osobnosti. Na jedné straně je život jedince řízen boží vůlí, na druhé straně řádem společnosti. Centrální úlohu v tomto kontextu má tedy osud. V případě vážné nemoci nebo jiného druhu utrpení je **přijetí osudu** vnímáno jako prostředek k vyrovnání se s bezmocí.

V posledních desetiletích se vnímání konceptu psychického zdraví a prožívání bolesti v Sýrii částečně proměnilo. Je možné se setkat (zvláště ve větších městech) s lidmi, kteří již vnímají příčiny utrpení a psychických potíží jako důsledek válečného konfliktu a násilí. Můžeme se ale setkat i s **nábožensky a kulturně specifickými vysvětleními příčin nemocí** a léčebnými procesy.

Je vhodné si uvědomovat, že způsoby vysvětlení lidského utrpení, které my jako Evropané považujeme za samozřejmé, nemusí být v souladu s názorem obyvatel Sýrie. Nepochopení a nerespektování odlišného pohledu a přístupu může být pro syrské uprchlíky zraňující a může vést i k nárůstu nedůvěry v nabízenou pomoc.

3 Syrští uprchlíci a běženci

V českém jazyce se v souvislosti s vysídleným obyvatelstvem používají převážně termíny uprchlík a běženec. **Uprchlík** (refugee) je termín označující člověka, který v důsledku konfliktu ve své zemi odchází do jiné země, naopak **běženec** (internally displaced) opouští svůj domov, ale přesouvá se stále v rámci země původu.

Současný konflikt v Sýrii způsobil největší uprchlickou krizi naší doby. Od března 2011 do konce roku 2015 byla vysídlena téměř polovina syrské populace zahrnující **6,5 milionů lidí uvnitř Sýrie** a zhruba 4,2 miliony registrovaných uprchlíků v okolních státech a v Evropě. V Turecku je již hlášeno přes 2 miliony uprchlíků ze Sýrie, **v Libanonu 1 milion**, více než **600 tisíc v Jordánu**, skoro **250 tisíc v Iráku a 120 tisíc v Egyptě**.³ Dalších skoro **700 tisíc uprchlíků je hlášeno v Evropě**.⁴ **Více než polovina přemístěných osob jsou děti**. Až 8

³ Data k 2.12. 2015 - <http://data.unhcr.org/syrianrefugees/regional.php>.

⁴ Data k říjnu 2015 - <http://data.unhcr.org/syrianrefugees/asylum.php>.

milionů dětí je v situaci, kdy potřebují humanitární pomoc. Vzhledem k neustálému rozšiřování oblasti válečného konfliktu a zasažení i dříve bezpečných míst je opakované přemísťování osob nápadným znakem syrského konfliktu.



Obrázek 3: Počet uprchlíků ze Sýrie v okolních zemích k 4. září 2015

3.1 Násilí a přesídlení v syrském konfliktu

Přestože je jejich současná situace v kontextu bezpečnosti, lidských práv, přístupu k ochraně a humanitární pomoci velmi odlišná, jak uprchlíci, tak běženci v rámci území Sýrie čelí nebo čelili násilí spojeným s válkou. Je odhadováno, že zhruba **210 000 lidí bylo zabit** a **840 000 zraněno**. Tato zranění vedla v mnoha případech k dlouhodobým následkům. Výsledkem je také obrovské množství psychicky traumatizovaných osob. Průměrná délka života se snížila z původních 75.9 let v roce 2010 na odhadovaných 55.7 let na konci roku 2014.

Válečné zločiny a zločiny proti lidskosti jsou páčány ve velkém měřítku v průběhu celého konfliktu. Velké množství Syřanů prošlo **mnohonásobným a opakovaným násilím a zneužitím** od různých pachatelů. Mezi takové násilí patří hromadné vraždění, popravy bez řádného procesu, mučení, braní rukojmích, násilné zmizení, znásilnění a sexuální násilí, stejně jako náborů a využívání dětí a dospívajících v nebezpečných situacích včetně

válečných. Nevybíravé **bombardování a ostřelování** má za následek obrovské množství obětí a rozšíření hrůzy mezi civilním obyvatelstvem. Mimoto dochází k **obléhání** měst, vesnic a sousedství, jež způsobuje jejich odříznutí od zásobování potravinami, lékařské péče a ostatních potřeb. Akteři konfliktu také nedbají o speciální ochranu nemocnic a zdravotnických a humanitárních pracovníků.



Obrázek 4: Zraněný syrský chlapec

Zvýšení chudoby, ztráta živobytí, stoupající **nezaměstnanost** a **omezený přístup k potravinám, vodě, hygienickým potřebám, zdravotní péči a vzdělání** mělo na syrskou populaci ničující dopad. Situace je obzvláště náročná pro **lidi v těžko dostupných oblastech** (podle současných odhadů se jedná o 4,8 milionů lidí) a pro ty, jež jsou uvězněni v **obléhaných oblastech** odříznutých od dodávek základních potravin, hygienických a zdravotnických potřeb a pro humanitární pracovníky nedostupných. Jedná se přitom o zhruba 440 000 lidí. Mnoho Syřanů se také **obává o osudy svých příbuzných**, obzvláště těch pohřešovaných, a má strach o situaci v zemi vzhledem k rabování a ničení majetku.

4 Úroveň psychického zdraví a psychosociální rovnováha Syřanů zasažených krizí

Dopady konfliktu na psychické zdraví a celkovou psychosociální pohodu Syřanů jsou velmi vážné. Přetrvávající nejistota, zážitky z násilí spojeného s válečným konfliktem, každodenní strach z vysídlení, chudoba, nedostatečná dostupnost základních surovin a služeb, neustálá hrozba dalšího násilí a zneužívání, izolace a diskriminace, ztráta rodinné a komunitní podpory a nejistá budoucnost - to vše může mít vliv na psychický stav Syřanů.

Ústřední téma, které je s ozbrojeným konfliktem spojeno, je **ztráta a zármutek**. Jedná se o ztráty rodinných příslušníků, vztahů, domova nebo majetku. Další významné zdroje stresu tvoří neustálé **obavy o bezpečnost členů rodiny**. Lidé po vysídlení často shánějí informace o svých blízkých, ale dostávají protichůdné nebo zavádějící informace, které vedou k ještě větší nejistotě a zmatení. Nejistý osud obětí násilného zmizení je pro příbuzné dalším významným stresorem a komplikuje prožívaný zármutek. Pokud není možné vykonat **tradiční náboženské rituály a pohřeb**, ztěžuje to u lidí truchlení a vyrovnávání se se ztrátou. V kontextu vysídlení dochází k narušení sociální struktury státu a komunity a mnoho rodin zůstává izolováno od sociálních služeb. Vzhledem k problémům v adaptaci na život v uprchlických táborech a cizích zemích se zvyšují pocity odcizení, stesk po ztraceném domově a ztráta původní identity. Diskriminace a předsudky vůči uprchlíkům v hostitelských zemích mohou zvyšovat prožívaný stres a pocit izolace. Mnoho žen a dívek mezi uprchlíky se cítí izolovaných a zřídka opouštějí domovy, jednak z důvodu obav o vlastní bezpečí, jednak z nedostatku příležitostí. **Pocity izolace** se však mohou týkat příslušníků obou pohlaví.

Jako nejčastější zdroje stresu uprchlíků byly uváděny každodenní obtíže při naplňování základních potřeb a zvýšená chudoba. Tyto faktory mají vliv i na zvyšující se napětí a násilí v rodinách. Čím více Syřanům dochází vlastní finanční prostředky, tím více využívají problematické strategie přežití, které podryvají jejich sebeúctu. Může docházet k nelegálním způsobům ubytování, práci na černo nebo zadlužování, které opětovně zvyšují **riziko zneužívání a vykořisťování**. Ženy a děti mohou být obzvláště zneužitelné ke sňatkům z donucení a dětským manželstvím, prostituci a dětské práci. Pro velké množství Syřanů je v současném vleklém konfliktu bez vidiny blížícího se konce příznačný **pocit beznaděje a zoufalství**, který vše prostupuje.



Obrázek 5: Zadržení na maďarských hranicích

4.1 Psychická onemocnění a psychosociální stres u Syřanů zasažených konfliktem

Psychologický a sociální stres u uprchlíků i běženců uvnitř Sýrie se projevuje širokou škálou problémů v oblasti emoční, kognitivní, fyzické, sociální a v chování. Emoční problémy zahrnují **smutek, strach, obavy, frustraci, zármutek, úzkost, stud, vinu, zlost a opovržení**. Mezi kognitivní problémy se řadí například **ztráta kontroly, bezradnost, pocit bezvýchodnost, vtíravé myšlenky, nuda a zoufalství**. Mezi fyzické problémy patří **vyčerpání, poruchy spánku, ztráta chuti k jídlu a psychosomatické obtíže a nemoci**. Časté jsou i problémy s chováním a v sociální oblasti jako například **stažení se do sebe, agrese a mezilidské konflikty**. Důvodem těchto projevů je u většiny syrských uprchlíků a ostatní populace pokračující násilí, vysídlení a náročné podmínky, ve kterých v současné době žijí. Jsou tedy **normální reakcí psychiky** a nemusí být nutně známkou psychické poruchy. Náročné životní podmínky mohou vést ke ztrátě perspektiv, zoufalství i ztrátě mravních hodnot. Mají souvislost s dlouhou dobu trvajících obavami o bezpečí a jistoty, včetně obav o narušení původní identity a původních sociálních rolí. S traumatizujícími zážitky souvisejí i další často uváděné problémy, jako jsou **noční můry, vtíravé vzpomínky, flešbky** (záblesky nepříjemných vzpomínek), **vyhýbavé chování a neklid**.

Všechny uvedené projevy jsou typické pro jedince, kteří prožívají extrémní stres, ale nemají žádné psychické onemocnění. V případě, kdy stres významně naruší běžné fungování a adaptační schopnosti, může však vést i k psychickému onemocnění. Lze odhadovat, že v syrské populaci významně narostlo množství psychických onemocnění. Podle Světové zdravotnické organizace (WHO) se odhaduje nárůst množství osob s lehkým, středním nebo těžkým psychickým onemocněním z 12-13% v běžné populaci na 18-24% v populaci zasažené mimořádnou událostí.



Obrázek 6: Obyvatelé města zasaženého bombardováním

Je důležité si uvědomit, že konfliktem zasažení Syřané mohou zažívat širokou škálu psychických poruch, které mohou být:

- 1) projevem nebo zhoršením předchozí psychické poruchy,
- 2) způsobené násilím a vysídlením spojeným s konfliktem,
- 3) důsledkem obtížných podmínek, ve kterých se lidé ocitli po mimořádné události - např. podmínky života v uprchlických táborech či celkově v hostitelské zemi.

Nejčastěji se vyskytujícím psychickým onemocněním jsou u populace postižené kolektivním násilím a vysídlením **poruchy v oblasti emocí**. Patří sem převážně deprese, komplikované truchlení, fobie a různé formy úzkostí. Je ale třeba mít na vědomí, že přítomnost symptomů nemusí nutně znamenat přítomnost duševní poruchy a přehnané zaměření se na diagnostiku duševních poruch nemusí být pro vysídlené osoby prospěšné, obzvláště v případě, kdy čelí každodenní nejistotě a přetrvávajícímu stresu. Mnohdy jsou pro takové uprchlíky a běžence účinnější intervence zlepšující jejich životní podmínky než

psychologická nebo psychiatrická péče. Navíc evropští odborníci na duševní zdraví nemusí mít vůbec povědomí o principech psychiatrické péče v arabských zemích.



Obrázek 7: Oběť utonutí při útěku ze Sýrie

I přes nedostatek přesných dat lze předpokládat, že v syrské populaci narostl počet lidí s psychózami a jinými vážnými psychickými onemocněními. Může se jednat především o lidi s predispozicemi, u kterých mimořádné životní podmínky vedou k rozvinutí nemoci.

Existují jen velmi omezené zdroje informací, které se týkají užívání alkoholu a jiných psychoaktivních látek mezi syrskými uprchlíky a běženci. Konzumace alkoholu je obecně v syrské populaci poměrně nízká. Na základě studie mezi uprchlíky ze Sýrie do Iráku se předpokládá, že v důsledku krizové situace došlo k jejímu výraznému zvýšení. Ohledně nealkoholových drog nejsou informace k dispozici.

4.2 Zvládání psychosociálního stresu

Obecně platí, že mnoho rodin se dovede v nové situaci adaptovat, pokud je jim zajištěno bezpečí a poskytnuta vnější podpora. Pro většinu Syřanů je primárním zdrojem podpory rodinný kruh a přátelé. Situace vysídlení a dynamika konfliktu mohou však strukturu těchto přirozených zdrojů sociální opory narušit. Uprchlíci a běženci, kteří se musí vyrovnávat s důsledky náročných životních podmínek, vystavení se násilí a nepřízní osudu, vykazují

vyšší hladiny stresu. Ke snižování negativních následků stresu lidé používají tzv. **zvládací strategie (coping strategies)**. Vysídlení Syřané používají individuální zvládací strategie jako například modlení, stažení se do sebe, poslouchání hudby, sledování televize nebo kreslení, ale i sociální aktivity jako je vyhledávání společnosti přátel a rodiny, zapojování se do sociálních programů, účast na komunitních a školních aktivitách, rozhovory s důvěrnými osobami.

Mezi efektivní zvládací strategie patří např. rozhovory s přáteli a rodinou, modlení se, vzpomínání na lepší časy. Časté jsou však také škodlivé strategie, jako uzavírání se do sebe, pasivita, kouření, nutkavé sledování zpráv, nutkavé návraty k negativním myšlenkám, ulpívání na obavách o známé osoby v Sýrii apod. Vysídlení Syřané mohou vyhledávat pasivní způsoby zvládnání stresu, protože mohou mít pocit, že nad okolnostmi svého života nemají kontrolu.

Pro syrské ženy jsou z hlediska zvládnání stresových situací velmi důležité sociální vztahy. **Rozhovory s příbuznými a přáteli, organizování společných aktivit a charitativních akcí** slouží jako silný zdroj podpory. U některých žen se objevují i neefektivní strategie jako je nadměrný spánek, dlouhodobý pláč, kouření cigaret a trávení času o samotě. Takové chování se často objevuje například v uprchlických zařízeních a v podmínkách, kdy není možné udržovat běžný chod domácnosti. Ke zvýšení psychické pohody syrských žen je proto velmi vhodné podporovat **posílení sociálních vztahů a možnosti aktivního zapojení do skupinových činností**.

Pro muže je častým způsobem zvládnání stresu trávení času o samotě a modlitba. Dříve u nich patřila mezi efektivní používané zvládací strategie práce, navštěvování rodiny a příbuzných a chození na procházky, ale u mnoha mužů jsou tyto možnosti v kontextu současných problémů velmi omezené. Proto se často může objevit pasivita a nadměrný spánek, smutek a pláč, kouření cigaret, zlost a zloba. Vzhledem k sociokulturním očekáváním od mužské role (aktivní ochrana rodiny, odpovědnost za ni) jsou mechanismy zvládnání situace u mužů často individuální a mohou mít negativní důsledky. Proto je vhodné poskytnout mužům v uprchlických zařízeních příležitost k typicky **mužským kolektivním aktivitám**.



Obrázek 8: Uprchlíci při čekání na řecko-makedonské hranici

U adolescentů je nejčastěji uváděným způsobem zvládnání situace stažení se do sebe nebo povídání si s rodiči a přáteli. Rodina může fungovat jako silná opora, obzvláště pro dospívající jedince, kteří prožili vysídlení nebo násilí spojené s válečným konfliktem. Pokud ale rodiče sami obtížně zvládají vzniklou situaci a zodpovědnost za ochranu dětí, mohou ztrácet schopnost účinně emočně podpořit děti. Vzhledem k extrémnímu stresu vyplývajícímu ze sociální a finanční nejistoty zmiňují někteří rodiče i nevhodné projevy jako je bití svých dětí nebo přehnaně úzkostná péče o ně. Mnoho adolescentů nechce své emoční potíže se svými rodiči sdílet, protože je nechtějí ještě více zatěžovat.

4.3 Psychická onemocnění a psychosociální stres: odlišnost a zranitelnost

Na zkušenosti se zátěží u uprchlíků a běženců mají velký vliv jejich věk, pohlaví, jazyk, náboženství, etnická a kulturní identita. Existují specifické skupiny, které mohou být více zranitelné a ohrožené. Patří sem ženy v domácnosti, těhotné ženy a matky malých dětí, dospívající, lidé bez dokladů, osoby s již existujícími psychickými nebo fyzickými potížemi, lidé s jiným postižením, ti, kteří prožili různé formy násilí, a lidé žijící v extrémní chudobě. Související rizikové faktory mohou ovlivňovat způsoby zvládnání stresu a mohou zvyšovat riziko vzniku psychického onemocnění.

V důsledku konfliktu velmi často dochází k **narušení tradičních rolí v rodině**. V případě, že je muž nezvěstný, zraněný nebo dokonce zemřel, stává se hlavním živitelem

rodiny nejstarší syn nebo žena. Mnoho žen se v takové nové roli cítí velmi nepříjemně a pociťuje velké obavy a stres.

Muži, kteří mají svou roli založenou na schopnosti postarat se o bezpečnost a finanční zajištění rodiny, mohou trpět pocity bezmoci a selhání. Ty často vedou ke zvyšování frustrace a stresu a může pak docházet i k častějším konfliktům uvnitř rodiny, včetně fyzického násilí.

Porušování zákonů a vyhrocená situace v oblasti válečného konfliktu a při útěku ze země vedou také k nárůstu rizika **sexuálně motivovaného násilí**. To může pokračovat nebo se projevovat v jiné podobě i později v hostitelských zemích. Strach z hrozícího sexuálního násilí je také důvodem k větší izolaci některých žen a dívek. Pokud ke znásilnění došlo, vede to i k obavám ze sociálního vyloučení, odmítnutí nebo rozvodu. Ženy a muži, kteří byli uneseni, bývají často společností stigmatizováni kvůli předpokládanému pohlavnímu zneužívání. Všechny tyto faktory zvyšují riziko psychických potíží.

V důsledku válečné situace se zvyšuje množství případů **domácího násilí**, zvyšuje se i agresivita a závažnost **mezilidských konfliktů**. Hlavním důvodem nárůstu domácího násilí je obrovský stres u mužů. Je proto vhodné zaměřit pozornost na programy pro muže, v rámci kterých se naučí bezpečně zvládat vztek a posilovat své rodičovské schopnosti. Práce se syrskými **oběťmi mučení** ukazují, že mnoho z nich trpí četnými problémy v oblasti psychické, sociální, finanční a právní. Mezi psychickými potížemi se vyskytují nejčastěji deprese, posttraumatická stresová porucha, panické záchvaty, chronické somatické potíže a sebevražedné chování.

Sexuální styk mezi osobami stejného pohlaví je v Sýrii považován za protiprávní. **Lesby, gayové, bisexuálové, transgender osoby a intersexuálové** (LGBTI) čelí kvůli své orientaci diskriminaci a často bývají pod velkým tlakem rodiny, aby vstoupili do manželství a zatajovali svou pravou orientaci. Stigmatizace a obtíže při hledání vhodné podpory může v současném konfliktu ještě zvyšovat jejich prožívaný stres a zranitelnost.

Mezi zranitelnější skupiny patří také **senioři**, obzvláště ti, kteří mají nějaké zdravotní problémy. Vyskytuje se u nich až třikrát vyšší hladina stresu než u zbylé populace uprchlíků. Dvakrát vyšší pravděpodobnost psychického stresu je také u uprchlíků se **zdravotním postižením** nebo nějakou formou chronického onemocnění. Mnoho z nich zažívá strach, že budou odděleni od zbytku své rodiny. Také často vnímají, že jsou pro své blízké velkou zátěží.



Obrázek 9: Syrské děti s matkou

Více než 50% běženců a uprchlíků jsou **děti** a z nich téměř 75 % tvoří děti mladší 12 let. Některé děti byly zraněny a mnoho z nich bylo přímými svědky válečného konfliktu a úmrtí druhých lidí, ničení vlastních domovů, vysídlení, byly odloučeny od některých členů rodiny a prošly opakujícím se násilím. To může mít za následek širokou škálu akutních psychosociálních problémů, jako jsou úzkosti a strachy, problémy se spánkem, smutek, deprese, zvýšená agresivita, nervozita, hyperaktivita a somatické potíže. Většina dětí nemá možnost pokračovat ve svém vzdělávání. Adolescenti uvádí, že se běžně setkávají s diskriminací a šikanou. Podle výzkumů se zdá, že dívky jsou vzniklou zátěží o něco více ohroženy než chlapci. Je velice důležité věnovat hodně pozornosti podpoře a **aktivnímu zapojování dětí do volnočasových aktivit v uprchlických táborech**.

5 Psychosociální podpora a její specifika

Podle mezinárodních standardů pro psychosociální podporu je pro oběti mimořádných událostí vhodné nastavit vícestupňový model služeb a podpory. Model ve tvaru pyramidy ve čtyřech vrstvách odráží potřeby a popisuje, jaké služby by měly být v rámci psychosociální podpory poskytovány v jak širokém záběru.

První nejširší vrstva by měla pokrývat **zajištění základních potřeb a bezpečí**. Jedná se především o dodávky vody, potravin, zajištění hygienických potřeb, přístřeší, základní zdravotnické péče a bezpečí. Při poskytování služeb je věnována pozornost tomu, aby byly dostupné i pro skupiny zvláště zranitelných osob a aby bylo se všemi zacházeno

s respektem a bez narušení důstojnosti. Z důvodu minimalizace následného stresu, diskriminace a stigmatizace je péče poskytována všem rovnoměrně.

Na druhém stupni je **posílení komunitní a rodinné podpory.** Cílem tohoto druhu podpory je zajišťovat takové aktivity, které mezi uprchlíky posilují skupinovou soudržnost. Jedná se také o rekonstrukci a rozvoj komunitních vztahů, které jsou založeny na modelech přirozeného fungování v syrské společnosti. To zahrnuje také podporování rodinných vztahů, které působí jako základní ochrana před nepříznivými vlivy pro všechny své členy.



Obrázek 10: Pyramida psychosociální podpory

Zaměřená psychosociální podpora je jako třetí stupeň poskytována těm, kteří nejsou schopni zvládnout prožívaný stres vlastními silami a s oporou svých blízkých. Podpora může být poskytována individuálně, pro rodiny nebo ve skupinách. Mohou ji poskytovat pracovníci, kteří prošli tréninkem a pracují pod dohledem profesionálů na duševní zdraví.

Posledním stupněm je **specializovaná klinická podpora** (péče odborníků na duševní zdraví, léčba traumatu). Ta je určena pro jedince, kteří trpí vážnými psychickými potížemi a mají problém zvládat každodenní fungování. Tato skupina je složena převážně z osob v akutním stavu nebo s predispozicí k psychickému onemocnění. Odbornou péči zde zajišťují převážně psychologové a psychiatři.

5.1 Jazyková bariéra

Při práci s uprchlíky se může vyskytnout jazyková bariéra. Pokud je to možné, je vhodné sehnat **profesionálního tlumočnicka**, který může komunikaci s uprchlíky zprostředkovávat. Vyzývat k tlumočení rodinné příslušníky, tím spíše děti, není vhodné. Znamená to pro ně zbytečný stres, který není úměrný jejich psychické zralosti. Dalším problémem je fakt, že arabština má jinou gramatickou a sémiotickou strukturu.

V případě že není možné využít služeb tlumočnicka, je dobré ve skupině uprchlíků zjistit, kteří umí nejlépe anglicky. Pokud jsou ochotni spolupracovat, je možné je pak nechat překládat potřebné informace i ostatním nebo je přizvat k rozhovorům s jedinci, kteří anglicky neumí. Za všech okolností je ale vhodné vyhýbat se příliš odbornému jazyku a složitým výrazům. Je také důležité ujišťovat se, zda uprchlíci sdělovanému rozumí.

6 Závěrečná shrnutí a doporučení pro praxi

Populace syrských uprchlíků může být velmi rozmanitá. Rozdíly najdeme v náboženství, etnickém, kulturním i socioekonomickém zázemí, ale i v jazyce. Dlouhodobé vystavení válečným událostem, násilí a nejistotě má veliký vliv na psychické zdraví a psychosociální pohodu Syřanů. Zážitky spojené s konfliktem i náročná situace vysídlení vedou ke zvýšené úrovni stresu a různým psychickým obtížím.

Při práci se syrskými uprchlíky je proto vhodné respektovat odlišnosti mezi jedinci a být vnímavý k jejich rozdílným potřebám, hodnotám a názorům. Kulturní a náboženské zvyky mohou působit jako efektivní způsoby zvládnání stresu. Z toho důvodu je potřeba umožnit odlišným náboženským skupinám nerušené vykonávání náboženských rituálů bez upřednostňování nebo diskriminace některé ze skupin.

Mezi muži a ženami se mohou projevovat rozdíly ve vnímání uprchlické situace, v reakcích na stresové situace, včetně zvládacích strategií. Možnost vykonávání genderově odlišných aktivit může tlumit stres, podporovat zvládnání situace, přispívat k pozitivní atmosféře a psychosociální rovnováze uprchlíků.

Někteří jedinci mohou být v kontextu situace vysídlení více zranitelní. Jedná se především o ženy, děti a dospívající, seniory, oběti sexuálního násilí, oběti mučení, lidi s menšinovou sexuální orientací, osoby se zdravotním postižením nebo chronickým nemocním. Takovým lidem je třeba věnovat vyšší pozornost a zaměřit se na zajištění jejich specifických potřeb.

V prostředí uprchlických zařízení mohou lidé často podléhat bezmoci a zoufalství. Je proto vhodné dodávat uprchlíkům naději a zaměřovat jejich myšlenky na pozitivní aspekty budoucnosti.

Každodenní nuda a nečinnost svádí k častějším negativním myšlenkám a očekáváním i ke vzpomínkám na traumatické zážitky. Podporování komunitní a rodinné soudržnosti může vést k aktivnějšímu zapojení uprchlíků do dění v uprchlických zařízeních, které může následně zvýšit psychosociální odolnost a zvládání situace a snížit riziko mezilidských konfliktů a agrese.

Organizování volnočasových aktivit, které by byly specificky zaměřené na různé skupiny, napomáhá k odreagování negativních emocí i k podpoře pozitivních vztahů mezi uprchlíky. Zařazení specifických komunitních aktivit pro muže může například vést ke snížení napětí a agresivních projevů.

Vysídlené děti a dospívající musely opustit školu a nemohou tak dále pokračovat ve vzdělání, na které byly zvyklé. Kromě volnočasových aktivit je proto přínosné zaměřit se i na rozvoj školních schopností a dovedností.

Pokud to situace umožňuje, je přínosné zaměřit se také na psychosociální třídění, zjistit, kdo potřebuje odbornou pomoc a osoby, které trpí vážnými psychickými potížemi, předat do odborné péče.

Důkladná péče o psychosociální rovnováhu uprchlíků může působit i jako vhodný způsob prevence negativních nálad v komunitě a případné (násilné) radikalizace.

7 Seznam souvisejících zdrojů

Coordination Toolkit <http://www.coordinationtoolkit.org>

Člověk v tísni, Migrace <https://www.clovekvtisni.cz/cs/migrace>

EUROPE: Syrian Asylum Applications <http://data.unhcr.org/syrianrefugees/asylum.php>

Hassan, G., Kirmayer, L.J., MekkiBerrada A., Quosh, C., el Chammay, R., Deville-Stoetzel, J.B., Youssef, A., Jefee-Bahloul, H., Barkeel-Oteo, A., Coutts, A., Song, S. & Ventevogel, P. (2015). Culture, Context and the Mental Health and Psychosocial Wellbeing of Syrians: A Review for Mental Health and Psychosocial Support staff working with Syrians Affected by Armed Conflict. Geneva, UNHCR.

Inter-Agency Standing Committee (2007). IASC Guidelines on Mental Health and Psychosocial Support in Emergency Settings. Staženo 6. 12. z http://www.who.int/mental_health/emergencies/9781424334445/en/

OCHA <http://www.unocha.org/syria>

Psychosocial responses to refugees and asylum seekers
<http://disaster.efpa.eu/information/psychosocial-responses-to-refugees-and-asylum-seekers/>

Syria regional Refugee Response <http://data.unhcr.org/syrianrefugees/regional.php>

UNHCR v České republice <http://www.unhcr-centraleurope.org/cz/index.html>

UNICEF Syria Regional Dashboard & Map October 2015. Staženo 4. 12. z <http://data.unhcr.org/syrianrefugees/documents.php?page=4&view=grid&Language%5B%5D=1>

8 Zdroje grafických materiálů

Foreign and Commonwealth Office (20. 8. 2013). Zaatari refugee camp, Jordan. Staženo 13. 12. 2015 z <https://www.flickr.com/photos/foreignoffice/9660906319/>

Freedom House (7. 1. 2014). Syrian refugees escape fear of death bombed to fear of death hungry. Staženo 13. 12. 2015 z <https://www.flickr.com/photos/syriafreedom/11830978706/>

Freedom House (9. 9. 2015). 21481030. Staženo 13. 12. 2015 z <https://www.flickr.com/photos/syriafreedom/21077534299/>

Freedom House (9. 9. 2015). Syrian Refugee. Staženo 13. 12. 2015 z <https://www.flickr.com/photos/syriafreedom/20643314003/>

Freedom House (13. 9. 2015). ASSad crimes = Refugees. Staženo 13. 12. 2015 z <https://www.flickr.com/photos/syriafreedom/21203320479/>

Freedom House (13. 9. 2015). AP_migrant_europe_02_mm_150902_3x2_1600. Staženo 13. 12. 2015 z <https://www.flickr.com/photos/syriafreedom/21384126362/>

Freedom House (15. 9. 2015). Refugees wait to cross the Macedonian-Greek border. Staženo 13. 12. 2015 z <https://www.flickr.com/photos/syriafreedom/20810293004/>

Furfur (5. 9. 2015). Syrian refugees in the Middle East map en. Staženo 13. 12. 2015 z https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Syrian_refugees_in_the_Middle_East_map_en.svg

Thomas van Linge (22. 3. 2014). March 2014 map. Staženo 13. 12. 2015 z

<https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Syria-map-Thomas-van-Linge.png>

Wolfman~commonswiki (1. 1. 2004). Syria-CIA WFB Map. Staženo 13. 12. 2015 z

https://en.wikipedia.org/wiki/Module:Location_map/data/Syria#/media/File:Syria-CIA_WFB_Map.png

