

## Виртуальный обмен знаниями L2G

Виртуальный обмен знаниями L2G собрал специалистов Арктики в сфере профилактики суицида для укрепления связей между общинами и содействия реализации стратегий профилактики суицида путем облегчения обмена знаниями на Приполярном Севере. В феврале и марте 2021 года произошел ряд виртуальных встреч, состоящий из 5-ти трехчасовых сессий.

### Участники

Шесть постоянных участников Арктического совета отобрали в общей сложности 14 работников по предотвращению суицида из своих общин. 12 из них были коренными жителями, что позволило



использовать ключевые знания среди коренных народов Арктики. Как показано на карте, участники были из США, Канады, Гренландии, Норвегии, Швеции и России. В конференции также приняли участие двое приглашенных докладчиков из числа народности Саами с финской стороны Сапми.

### Направленность и подход

В ходе предварительной сессии была собрана небольшая группа передовых работников из числа коренных народов Арктики, чтобы определить вопросы,

которые им необходимо решить в ходе виртуального обмена знаниями. Исходя из этого, были определены следующие цели совместного обучения:

1. Определить методы, позволяющие мобилизовать широкие круги населения на принятие мер по сокращению числа самоубийств

2. Осмыслить опыт детей/молодежи из числа коренных народов и способы удовлетворения их потребностей
3. Рассмотреть подходы к адаптации психиатрической помощи к потребностям коренного населения («индигенизации»)
4. Изучить использование культуры в контексте психического здоровья для формирования более крепкой идентичности

Все участники виртуального обмена знаниями считались как учителями, так и учениками, при этом сессии были сосредоточены на изучении существующих преимуществ в предотвращении суицида среди коренных народов Арктики.

### Результаты

Основные материалы, представленные участниками во время каждой сессии Виртуального обмена знаниями, были визуально задокументированы графическим репортером Нигит'стил Норберт (народ Гвичин), все они были подготовлены на гренландском, инуктитуте, русском и английском языках.

Ссылка на 5 плакатов на русском языке

Ссылка на 5 плакатов на гренландском языке

Ссылка на 5 плакатов на инуктитуте

Ссылка на 5 плакатов на английском языке

Кроме того, был представлен ряд ресурсов, уже используемых в арктических общинах. Вот примеры, большинство из которых доступны на английском и русском языках:

1. Сезонность самоубийств в общинах коренных народов Арктики (по материалам PC-Cares): Этот ресурс показывает, что пик смертельных и несмертельных случаев суицидальных действий приходится на лето для людей в возрасте 29 лет и моложе.
2. Домашняя профилактика (от [PC-Cares](#)): Этот ресурс предлагает подумать о том, как члены общины могут помочь предотвратить суицид, внося небольшие изменения в свой дом, в частности, с помощью ограничений в средствах..
3. Мелкие, необременительные акты доброты (от [PC-Cares](#)): Этот документ используется для проведения бесед в общинах о том, как люди, совершающие небольшие, необременительные акты доброты, могут снизить уровень суицидальности.
4. Проект CREATEs - Цифровые истории о самоубийствах и жизни молодежи коренных народов Арктики - доступны на сайте <https://www.projectcreates.com>.
5. Уровни вмешательства где, согласно цифровым историям, созданным молодежью коренных народов Арктики, важны действия (от [Project CREATEs](#), а также [ICC](#)).
6. Основные темы цифровых историй, созданных молодежью коренных народов Арктики (от [Project CREATEs](#) и [ICC](#)).
7. Различия между взглядами молодежи и взрослых (Лиза Векслер, Бренда Гудвин и PC-Cares): Эта диаграмма показывает различия между тем, что, по мнению молодежи и взрослых, должны делать взрослые для снижения уровня

самоубийств в деревнях северо-запада Аляски, и что обе группы придают большое значение совместным разговорам.

8. Мера здоровья и благополучия детей аборигенов - оценка благополучия молодежи, разработанная на основе мнений детей коренных народов, которая правильно предсказывает риск в 97% случаев и в настоящее время используется для детей инуитов в Оттаве с возможностью адаптации к другим сообществам (несколько ресурсов, включая рабочие листы для поддержки детей, доступны при создании учетной записи на сайте <https://achwm.ca>) (Только на английском языке).
9. Жизненный цикл семьи Инупиак (автор Линда Джоул, руководитель программы социального исцеления в [Maniilaq Association](#)): Этот ресурс используется для поддержки баланса в отношениях во время родительской программы, основанной на ценностях Инупиак, проводимой на Аляске.

#### Организаторы и координаторы

Виртуальный обмен знаниями L2G был организован Инуитским Приполярным Советом и Советом Саами при финансовой поддержке Канады. В качестве координаторов выступили:

- Сельма Форд (Инуит-Канада), Инуитский Приполярный Совет
- Сусанна Исраэльссон (Саами, Норвегия), Совет Саами
- Тонье Йохансен (Саами, Швеция), Совет Саами
- Джонатан Паради, (Канада), «Чейндж Тиори Косалтинг»

#### Последующие шаги

1. На основе полученных знаний разрабатываются три ресурса:
  - a. Как разговаривать о суициде без опаски
  - b. Коллективные подходы для поддержки предотвращения суицидального поведения
  - c. Контраст в подходах к решению проблемы суицидальности между большинством населения и коренными жителями Арктик
2. Как только международные поездки снова станут возможными, Инуитский Приполярный Совет и Совет Саами начнут работать над организацией очных учебных поездок, чтобы продолжить обмен знаниями между работниками по предотвращению суицида в Арктике.

#### Ключевые цифры

- Все 6 постоянных участников выбрали передовых работников
- 85% участников и 75% от координаторов были коренными жителями Арктики
- По отзывам участников, 100% респондентов отметили, что с высокой вероятностью порекомендуют участие в Виртуальном обмене знаниями своим коллегам/друзьям из местных общин.

## Основные выводы

- Важно нарушить молчание вокруг проблемы суицида, и что существуют способы безопасного проведения таких бесед
- Все люди в общине могут внести свой вклад в профилактику самоубийств:
  - Мелкими актами доброты
  - Небольшие изменения в доме, которые могут отсрочить доступ человека к средствам лишения себя жизни на 10 минут, могут помочь спасти жизнь
- Как правило, молодежь и взрослые из коренных народов имеют разные взгляды на то, что необходимо сделать для предотвращения самоубийств, и при разработке программ, направленных на них, взгляды молодежи необходимо учитывать
- В то время как системы, возглавляемые основной массой населения, часто делают большой акцент на психиатрические и психологические услуги для снижения суицидальности, системы здравоохранения зачастую плохо подготовлены для устранения факторов, которые коренные народы Арктики считают стрессовыми для своих общин и связывают с риском самоубийства:
  - Политические факторы риска, такие как захват земель
  - Сохраняющееся социальное неравенство, например, в области жилья и образования
  - Продолжающиеся дискриминация и расизм в отношении коренных народов
  - Угрозы культуре, языку и возможности жить как представителям коренных народов
- Существующие программы и стратегии, которые, по мнению сотрудников передового опыта, оказали наибольшее влияние на их сообщества, как правило, имели несколько общих характеристик:
  - Они были разработаны с использованием методов широкого участия
  - Они были основаны на местных ценностях коренных народов
  - Они были организованы и реализованы коренными жителями
  - Они охватывают больше, чем психиатрические услуги, и затрагивают отношения между членами семьи, используют сильные стороны предков, опираются на культуру глубокими и значимыми способами, укрепляют связь с землей и при этом успешно вовлекают людей, которые в противном случае не стали бы участвовать в процессе лечения.