

Учебна единица 2:

Какво е грижа, съобразена с травмата?

Грижата, съобразена с травмата, е концепция, разработена първоначално в Съединените щати и Обединеното кралство. Първите проучвания са проведени през 90-те години на миналия век и оттогава насам концепцията бързо набира популярност както в академичните среди, така и в практиката на предоставянето на грижи, психично здраве и социални услуги.

Грижата, съобразена с травмата, може да бъде описана като *промяна на фокуса от:*
„Какво ти има?“ към „Какво ти се е случило?“



Какво е грижа, съобразена с травмата? (2)

Грижата, съобразена с травмата, има няколко измерения:

- институционалното измерение на предоставяната грижа
- индивидуалното измерение на индивидуалния доставчик на грижи и/или социални услуги.
- измерението на клиента

Подходът към грижите, съобразен с травмата, признава, че здравните организации и екипите за грижи трябва да имат пълна представа за житейската ситуация на пациента (в миналото и настоящето), за да предоставят ефективни здравни услуги.

Подходите, съобразени с травмата, помагат на мигрантите и бежанците да се чувстват чути, уважавани и в безопасност. Това насърчава доверието, активното участие и по-лесния достъп до необходимата подкрепа. Същевременно непрофесионалните консултанти придобиват умения за по-ефективна и чувствителна комуникация, което подобрява качеството на оказваната помощ и насърчава успешната интеграция на мигрантите в приемащите общности.

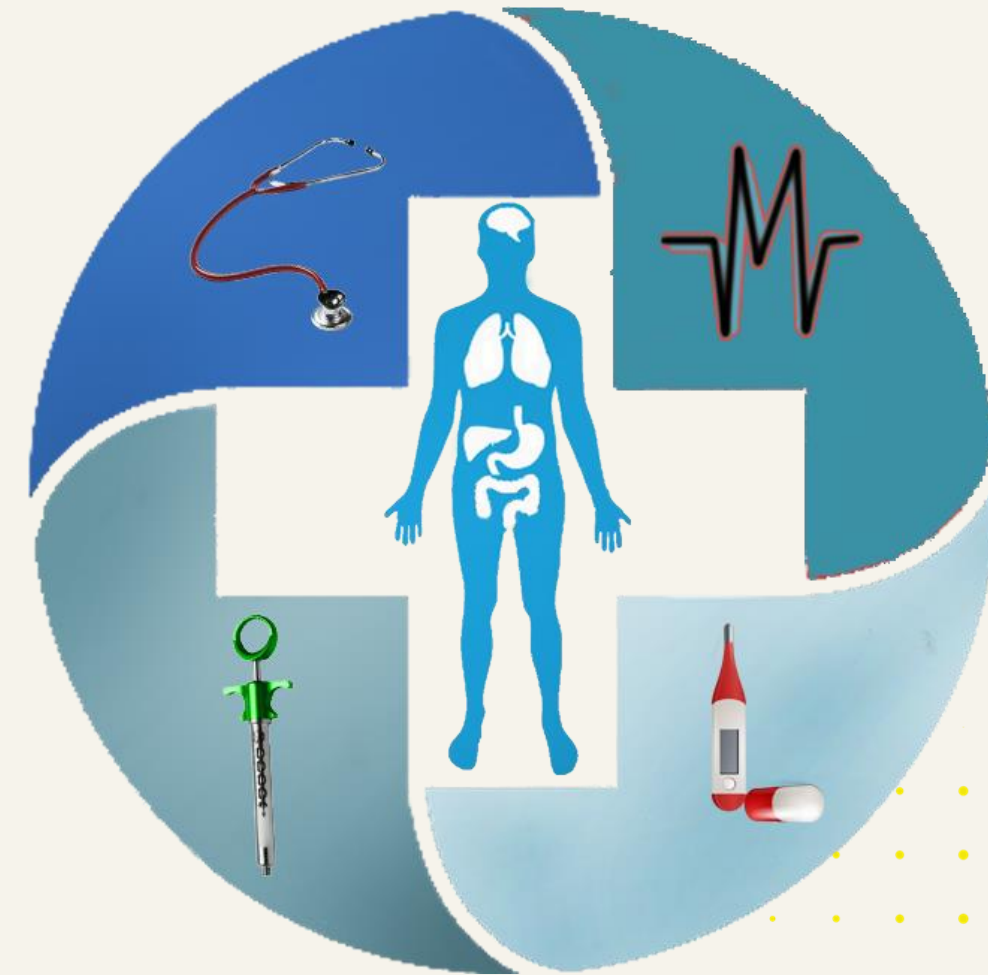
(Адаптирано от „Подход, съобразен с травмата“ на Администрацията за услуги в областта на злоупотребата с вещества и психичното здраве.)

Какво е грижа, съобразена с травмата? (3)

Грижата, съобразена с травмата, има за цел:

- 1) **Да осъзнае широко разпространеното въздействие на травмата и разбере пътищата към възстановяването.**
- 2) **Разпознаване на признаците и симптомите на травмата при пациенти, семейства и персонал.**
- 3) **Интегрира знанията за травмата в политиките, процедурите и практиките.**
- 4) **Активно избягва повторно травматизиране.**

(Адаптирано от „Подход, съобразен с травмата“ на Администрацията за услуги в областта на злоупотребата с психоактивни вещества и психичното здраве.)



„Dieses Foto“ от неизвестен автор е лицензирано съгласно [CC BY](#)

Какво е грижа, съобразена с травмата? (4)

В професионалните услуги трябва да се възприеме цялостен подход към грижата, съобразена с травмата, както на **клинично**, така и на **организационно** ниво.

Твърде често доставчиците и здравните системи се опитват да прилагат грижи, съобразени с травмата, на клинично ниво, без необходимата подкрепа за широкомащабна промяна в организационната култура. Това може да доведе до неравномерни и неустойчиви промени в предоставянето на услуги.

Този тесен фокус също така не отчита факта, че неклиничният персонал, като служителите на рецепцията или доброволците в предоставянето на услуги за мигранти, може да има значителни взаимодействия с пациентите и да бъде от решаващо значение за гарантиране на чувството за безопасност у пациентите.

Какво е грижа, съобразена с травмата? (5)

Съществуват общоприети принципи на грижата, съобразена с травмата, които включват:



Безопасност

Навсякъде в подкреплящата среда мигрантите/бежанците и непрофесионалните помагачи се чувстват физически, емоционално и психологически в безопасност



Доверие и прозрачност

Подкрепата се предоставя открито и последователно, с ясна комуникация и уважение, за да се изгради и поддържа доверие



Подкрепа от връстници

Хора с личен миграционен опит са признати като ценен източник на подкрепа, разбиране и насърчение за други, които преминават през подобни предизвикателства



Сътрудничество

Подкрепата се основава на партньорство и взаимно уважение, като мигрантите са активно включени в решенията, които засягат тяхното благополучие и интеграция



Овластяване

Силните страни, устойчивостта и капацитетът на мигрантите се разпознават и надграждат, като се насърчават автономията, увереността и активното участие в обществения живот



Културна смиреност и отзивчивост

Културният произход, миграционният опит, идентичността и потенциалният опит с дискриминация се признават и уважават, като се осигурява приобщаваща, отзивчива подкрепа без стереотипи

(Адаптирано от „Ръководните принципи за предоставяне на [грижа, съобразена с травмата](#)“ на Администрацията за услуги за злоупотреба с вещества и психично здраве на САЩ.)

Какво е грижа, съобразена с травмата? (6)



„Dieses Foto“ от неизвестен автор е лицензирано съгласно [CC BY](#)

Какво е грижа, съобразена с травмата? (7)



„Dieses Foto“ от неизвестен автор е лицензирано съгласно [CC BY](#)

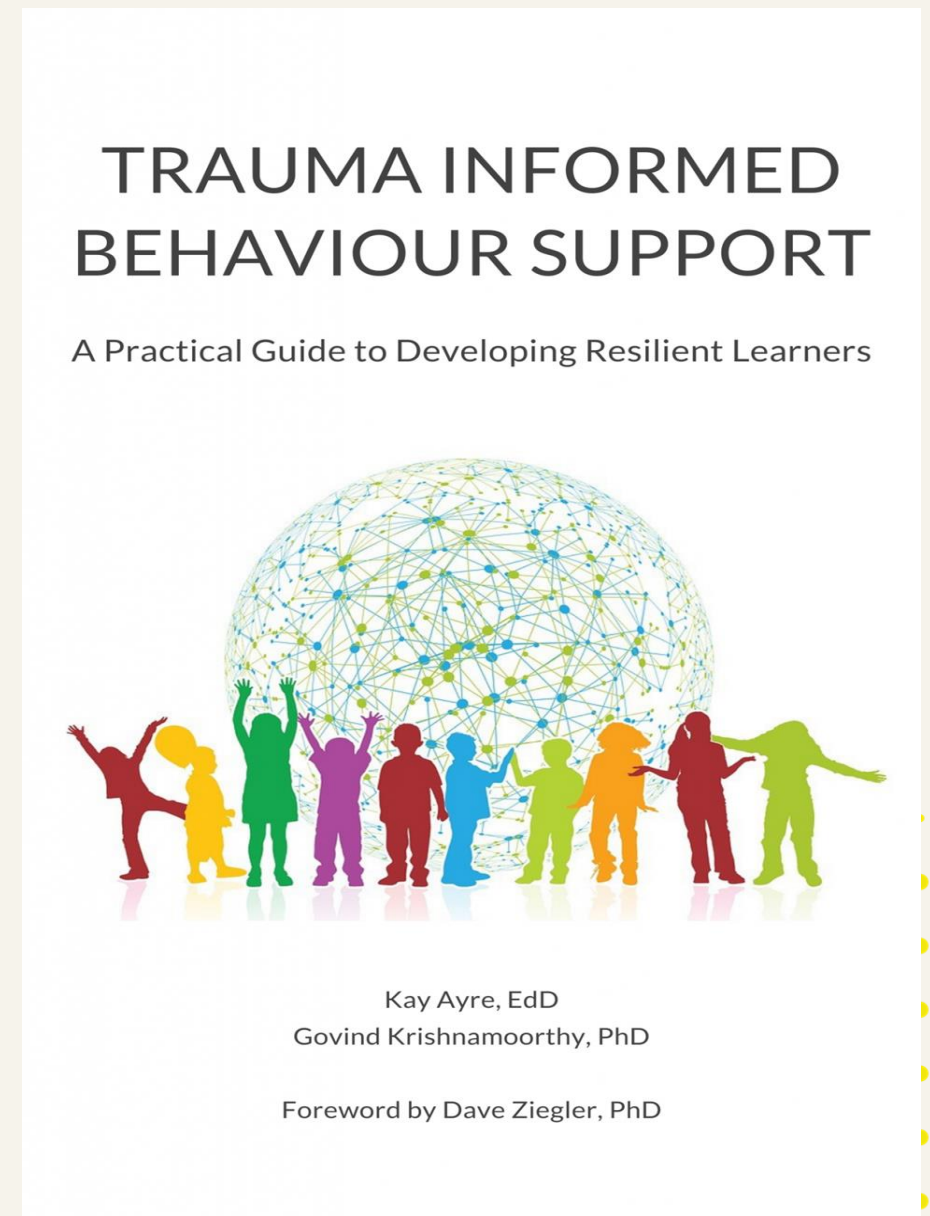
Какво е грижа, съобразена с травмата? (8)

Използването на подход, съобразен с травмата, има редица предимства не само за пациентите или техните близки, но и за лекарите и персонала. Но имайте предвид:

Много пациенти с травми изпитват затруднения да поддържат здрави и отворени взаимоотношения с доставчика на здравни услуги. **За пациентите грижата, съобразена с травмата, предлага възможност да се ангажират по-пълноценно в грижата за своето здраве, да развият доверителни взаимоотношения с доставчика си и да подобрят дългосрочните резултати за здравето си.**

Грижата, съобразена с травмата, може също да помогне за намаляване на изгарянето сред доставчиците на здравни услуги, което потенциално намалява текучеството на персонала.

(Източник: [TraumaInformedCare.chcs.org](https://traumainformedcare.chcs.org) 2025)



„Dieses Foto“ от
неизвестен автор е
лицензирано съгласно [CC](#)
[BY-SA](#)

Какво е грижа, съобразена с травмата? (9)

Всеки човек – независимо дали е доброволец, непрофесионален съветник или специалист – може да допринесе за създаването на среда, съобразена с преживяната травма. Това означава изграждане на пространства, в които хората се чувстват сигурни, уважавани, чути и подкрепени. Подходът, съобразен с травмата, не е отговорност само на организациите или професионалистите – той започва от начина, по който общуваме и взаимодействаме с другите. Затова е важно всеки от нас да бъде активен участник в този процес.

Съществуват различни стратегии и практики, съобразени с травмата, които могат да бъдат прилагани както от организации, така и от отделни хора. Те варират от създаването на приветлива, безопасна и приобщаваща атмосфера до използването на конкретни подходи и умения за подкрепа на хора, преживели трудни или травматични събития. Всички тези усилия имат за цел да насърчат възстановяването, устойчивостта и благополучието на хората, които получават подкрепа.

(Източник: [TraumaInformedCare.chcs.org](https://traumainformedcare.chcs.org) 2025)