

УСТАЛОСТЬ В СВЯЗИ С ПАНДЕМИЕЙ: ИНСТРУКЦИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

Как продолжать вовлечение сообществ на фоне усталости и новых волн заболевания?

Эпидемии нестабильны. Они могут либо расти, либо идти на спад. Рост передачи инфекции и появление новых волн заболевания является нормой при несоблюдении мер контроля и защиты. Но что же происходит, когда люди устают слышать и говорить о COVID-19? Многие теряют мотивацию защищать себя и других от COVID-19. Подобная усталость в связи с пандемией ставит под угрозу нашу способность контролировать вирус. Населению необходимо продолжать принимать профилактические меры до тех пор, пока передача инфекции не будет полностью устранена. Несмотря на усталость в связи с пандемией, люди обязательно должны мыть руки, соблюдать физическую дистанцию и носить маски в общественных местах. В противном случае волны заболевания COVID-19, по всей вероятности, будут продолжаться.



Откройте инструкцию. Нажмите на каждый значок. Получите советы о новых и свежих подходах к вовлечению сообществ.



ПРИСЛУШИВАЙТЕСЬ И ПООЩРЯЙТЕ САМООЦЕНКУ:

Люди научились в некоторой степени жить с вирусом. Однако, соблюдение таких защитных мер, как физическое дистанцирование, ношение масок или карантин, может оказаться все более и более проблематичным. Сегодня как никогда важно продолжать активно прислушиваться к людям, которых мы поддерживаем, используя каналы связи, которым они доверяют. Имейте в виду, что информация и каналы, которым они доверяли полгода назад, возможно, на сегодня изменились. Изучите и определите, что говорят люди о COVID-19 по прошествии времени.

Например, регулярно поддерживайте связь с такими группами, как:

- Организации гражданского общества и общественные группы (например, женские, молодежные, религиозные)
- Сектор частного бизнеса (например, малые предприятия, поденные работники, пострадавшие от экономических потерь)
- Работники общественного транспорта (водители автобусов, такси, тук-туков)
- Работники образования (школы, университеты)
- Уязвимые группы населения (пожилые люди, люди с инвалидностью)
- Журналисты и работники СМИ
- Работники здравоохранения
- Передовые работники и волонтеры

Продумайте новые подходы к обсуждению следующих тем:

- 1 С какими трудностями они сталкиваются; какие меры, по их мнению, соблюдаются в меньшей или большей степени и почему?
- 2 Как сообщества воспринимают приближение второго карантина?
- 3 Как воспринимается индивидуальная и социальная ответственность на данном этапе?
- 4 Могут ли они помочь нам превратить то, что у них хорошо получается, в стимул для сообществ к соблюдению мер?
- 5 Как относится молодежь к ограничениям на передвижение и комендантскому часу?
- 6 Какие существуют слухи и дезинформация относительно второй волны (например, по поводу отрицания вируса, тестирования, испытания вакцин, кампаний по вакцинации против гриппа)?
- 7 Вопрос к волонтерам и передовым работникам: что является наиболее сложным при взаимодействии с сообществами?
- 8 Какие имеются препятствия для безопасной просветительской работы с сообществами?



ПРОЯВЛЯЙТЕ СОПЕРЕЖИВАНИЕ:

Как группа реагирования, мы должны стараться как можно чаще смотреть на вещи с чужой точки зрения. Примите во внимание и признайте физическое и эмоциональное давление, обусловленное COVID-19. Старайтесь реагировать на страхи, обеспокоенность и тревоги сообществ, а также проявляйте уважение и сопереживание на протяжении всей нашей работы по просвещению и вовлечению населения. Сотрудничайте со специалистами в области психического здоровья и психосоциальной поддержки для планирования способов общения и взаимодействия с людьми, столкнувшимися с изоляцией и карантином. Разработайте план взаимодействия с людьми, которые уже выздоровели, но все еще испытывают долгосрочные вторичные последствия заболевания.

К примеру, следует помнить о том, что испытывать грусть по поводу сложившейся ситуации или усталость от длительного пребывания дома — это совершенно нормально. Подключайте группы поддержки психического здоровья к Вашему коммуникационному потоку. Кроме того, для преодоления общественного осуждения Вы можете делиться опытом людей, которые выздоровели от COVID-19. В Колумбии Красный Крест оказывает поддержку трансграничным мигрантам в принятии мер по охране здоровья населения благодаря наличию мобильного пункта ручной мойки, перевозимого мотоциклом. Чтобы уменьшить беспокойство семей с детьми или тех, кто находится в уязвимом положении, вместе с ними путешествуют волонтеры по психосоциальной поддержке.



СМЕНИТЕ ТОН:

Большое количество коммуникаций, связанных с информацией о COVID-19, акцентируют внимание на ограничениях и защите от опасности вместо снижения рисков. Призывайте отдельных лиц и сообщества к поиску путей снижения эмоционального давления от введенных ограничений. Вместо того, чтобы выделять то, что нельзя делать, обращайтесь внимание на то, в чем заключается польза новой обыденности и как она устроена. Подчеркивайте важность принятия активной и ответственной роли ради самих себя и своих близких. Индивидуальная и социальная ответственность есть и будет оставаться ключевым фактором.

Например:

- **Будьте креативны и бодры духом. Принятые меры и ...** принятые меры и сообщения по снижению риска COVID-19 могут быть длинными и надоедливыми. Подходите творчески к способу привлечения внимания других. Для мотивации и побуждения людей к выполнению хорошей работы в их сообществе предлагайте такие идеи, как конкурсы или соревнования. Делитесь положительными примерами того, как люди адаптировались к новым нормам, а также успехами в области общественного здравоохранения, достигнутыми благодаря коллективным усилиям.
- **Делитесь забавными примерами того,** какие возможности для решений может создать рутинная деятельность (поход на работу, использование общественного транспорта, покупки на рынке, празднование дня рождения или проведение важных церемоний). Побуждайте людей пробовать разную физическую деятельность, чтобы определить конкретные риски передачи вируса. Люди всегда более склонны к соблюдению требований, если решения доступны во время или после их ежедневной деятельности.
- **Мыслите в рамках более длительных сроков вовлечения людей.** Это позволит каждый раз сокращать время, потраченное на данную задачу. Это будет способствовать снижению перегрузки и утомления от данной темы при одновременном достижении лучших результатов за счет повышения бдительности и сосредоточенности сообщества/отдельных лиц.
- **Всегда поощряйте обсуждение.** Позволяйте людям внести свой вклад, когда вы будете предоставлять новую информацию о COVID-19. Предоставляйте им возможность обсудить нововведенные меры, принимаемые как на местном уровне, так и в других регионах. Например, обсудите, как учащиеся справляются с ответными мерами на COVID-19 в разных странах, как люди шьют свои собственные маски, как они справляются с карантином в разных условиях и т.д.
- **Не говорите только о COVID-19!** Избегайте фокусирования Covid-19 в центре внимания деятельности по вовлечению населения. Внедряйте темы, не связанные с Covid-19.



РЕШЕНИЯ ПОД РУКОВОДСТВОМ СООБЩЕСТВ:

Пандемия привела к появлению бесчисленных решений и стратегий под руководством сообществ, которые имели успех как сами по себе, так и в других контекстах. Продолжайте прислушиваться и пытайтесь понять, а также разрабатывайте конкретные решения и стратегии совместно с сообществами. Используйте индивидуальные методы, поощряйте веселье и обмен историями. Например, у людей могут быть хорошие идеи насчет того, как они могут быть вовлечены и поддерживать процесс отслеживания контактов, как проводить общественные собрания в условиях безопасности или как поддерживать социальные и религиозные обычаи. Помогайте им разрабатывать решения и осуществлять их.

Например, в Ливии в рамках кампании «Волонтеры на каждой улице» была разработана городская карта благодаря вовлечению членов сообщества в режиме онлайн. Сообщества использовали Facebook и другие социальные сети, чтобы начертить границы своих кварталов. Это породило сильное чувство общественной солидарности, сопричастности и приверженности к ответным мерам на COVID-19.



РАСПРОСТРАНЯЙТЕ И ВДОХНОВЛЯЙТЕ:

Мы уяснили, что люди не хотят чувствовать себя «закиданными сообщениями». Им, скорее всего, надоело слышать ту же информацию, которую они уже слышали полгода назад. Волонтеры и молодые люди по всему миру проявили невероятный творческий подход к предоставлению решений по обеспечению действенной информации. Поощряйте и выражайте признательность за обязательства и усилия по соблюдению мер по COVID-19. Находите возможности делиться и отмечать эти примеры, продвигайте их, чтобы вдохновить других.

Например, под лозунгом **#WeAreInThisTogether** («мы в одной лодке») Ямайский Красный Крест использует музыку и привлекает влиятельных лиц, чтобы увеличить охват и доверие. Звезда музыки регги помогает Красному Кресту распространять факты о том, как оставаться в безопасности во время COVID-19. Красный Крест Антигуа и Барбуды выпустил видеофильмы о COVID-19 на языке жестов для сообщества глухих. На основе успеха этой инициативы Красный Крест Антигуа и Барбуды работает над производством документального фильма. Этот фильм выступает в защиту интересов сообщества глухих на острове и демонстрирует, как COVID-19 повлиял на их повседневную жизнь.



ПРОДОЛЖАЙТЕ СПОСОБСТВОВАТЬ ИЗМЕНЕНИЮ ПОВЕДЕНИЯ:

Нам нельзя терять надежду. Мы должны продолжать поощрять изменение здорового поведения. Однако, некоторые меры, принимаемые для обеспечения безопасности людей, являются неустойчивыми из-за их экономических и социальных последствий. Мы можем действовать в рамках нашего движения, совместно с другими агентствами и правительством, чтобы информировать об этих вопросах и отстаивать их решение. Мы также можем наладить сотрудничество с другими секторами, такими как здравоохранение и ВОЗ, чтобы обеспечить наличие предметов гигиены, которые помогут людям выполнять рекомендации.

Например, в Малави многие люди не имеют мыла в доме, поэтому мытье рук является невозможным. Добровольцы Красного Креста Малави посещают домохозяйства и проводят обучение по гигиене. Они заботятся о том, чтобы семьи знали о правильном мытье рук с мылом и хорошо понимали пользу, которую это простое, но спасительное действие приносит для здоровья и безопасности.



ДЕЛИТЕСЬ ЗНАНИЯМИ И ДЕМОНИСТРИРУЙТЕ ИХ:

Сегодня мы знаем о вирусе COVID-19 гораздо больше, чем раньше, и за это время мы значительно укрепили потенциал в области общественного здравоохранения и вовлечения сообществ. Используйте знания, имеющиеся и полученные от сообществ, с которыми Вы работаете, для поддержания мер защиты от COVID-19. Применяйте наше возрастающее понимание того, как люди общаются, к кому они прислушиваются и какие виды деятельности их интересуют.

К примеру, организуйте совместно с вашей общественной сетью безопасные очные или дистанционные мероприятия для обмена примерами более и менее эффективных инициатив между социальными группами населения. Организуйте доступные онлайн-семинары и сессии по взаимному обучению или конкурсы в социальных сетях, чтобы побудить других людей делиться своими знаниями.

Мы хотим узнать о Вашем опыте!

У Вас есть какие-нибудь примеры, которыми Вы хотите поделиться? Мы будем рады получить примеры того, как Ваше Национальное Общество справляется с усталостью в связи с пандемией. Пожалуйста, присылайте ваши истории, примеры, тематические исследования или просто идеи и предложения [по данной ссылке](#).

Чтобы узнать больше о вовлечении и ответственности сообществ, [нажмите здесь](#).