



**НАДЕЖДА И ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ**  
**ПРОФИЛАКТИКА САМОУБИЙСТВ В АРКТИКЕ**



**7-8 НОЯБРЯ 2009 ГОДА**  
**СОВМЕСТНЫЙ ОТЧЕТ**

## **Надежда и жизнестойкость**

### **Профилактика самоубийств в Арктике**

Отчет коференции, март 2010 г.

Публикуется Организационным комитетом

Петер Бьеррегорд, председатель Экспертной группы по здоровью населения Арктики (АННЕГ), Дания

Герт Мулвад, врач, базовое медицинское обслуживание, Гренландия

Флемминг Стенц, Главный государственный медицинский инспектор, правительство Гренландии

Стина В. Бертельсен, студент Гренладского университета, Президент Инуитского окополярного молодежного совета Гренландии (ICYC-Greenland)

Ййетте Эйstrup, координатор по здравоохранению, Центр здравоохранения, Гренландия (PAARISA)

Марианне Люкке Томсен, старший советник по стратегии, Департамент иностранных дел, правительство Гренландии

Пернилле Мёллер, руководитель подразделения, Департамент иностранных дел, правительство Гренландии

Кристина Вискум Люткен Ларсен, докторант, Национальный институт здравоохранения, Университет Южной Дании

Сесилия Петрине Педерсен, научный сотрудник, Национальный институт здравоохранения, Университет Южной Дании

Редакторы доклада:

Кристина Вискум Люткен Ларсен

Сесилия Петрине Педерсен

Стина В. Бертельсен

Клара Чу

Макет: Сюзанне Брено Рейманн

Обложка: фрагмент картины Никку Олсена

В конце 1990-х годов Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) начала подчеркивать необходимость разработки стратегий профилактики самоубийств. С тех пор многие арктические регионы разработали и внедрили стратегии профилактики. Фокус их работы был направлен на сокращение риска и совершенствование профилактических мер через познание факторов профилактики и важности культурных ценностей. Очень важно распространять такие знания среди коренных народов Арктики.

Семинар «Надежда и жизнестойкость в профилактике самоубийств» предоставил профессионалам, занятым профилактикой самоубийств, вторую возможность встретиться с коллегами из других арктических стран. Первоначальная встреча состоялась в марте 2003 г. в городе Икъялуит, где главным образом обсуждался ход выполнения учрежденных программ профилактики самоубийств в арктической зоне. Шесть лет спустя настоящий семинар нацелился на рассмотрение того, что эффективно в профилактике самоубийств, и благодаря чему, а также на привлечение внимания к важности психического и физического благополучия в Арктике. Поскольку молодые люди являются наиболее подверженной риску группой

населения, и на них направлено большинство программ, важным аспектом этого семинара явилось включение в дискуссию молодежи. Продолжая обмен опытом и успешными практиками в профилактике самоубийств, мы надеемся, что данный семинар внесет вклад в развитие еще более тесных связей в совместной работе и обмене знаниями между арктическими регионами.

Исследования, проводимые среди коренного населения, продолжают демонстрировать отрицательное влияние колонизации и модернизации на психическое здоровье, общее благополучие и социальноэкономические условия. Данные условия признаются важными факторами риска, дополнительно к факторам, являющимся результатом неблагоприятных событий в детстве.

Несмотря на то, что суицидальное поведение является серьезной проблемой молодого коренного населения Арктики, большинство молодых представителей коренного населения арктических регионов не склонны к самоубийству. Этот важный факт указывает на то, что важнейшим вкладом в понимание суицидального поведения и профилактики самоубийств являются знания о защитных факторах и жизнестойкости у молодежи Арктики.

Сосредоточившись не на безысходности, а на надежде и жизнестойкости, семинар поставил целью направить наше внимание на необходимость сконцентрироваться на улучшении общего благосостояния в арктических регионах.

Организационный комитет настоящего Семинара благодарен за полученную возможность способствовать встрече профессионалов, молодежи и политиков, направленной на борьбу с уровнем смертей в результате самоубийств среди молодежи Арктики. Мы полагаем, что обмен идеями и опытом имеет важнейшее значение для дальнейшей работы в данной области, и хотим подчеркнуть важность упора на надежду, жизнестойкость и защитные факторы в профилактике самоубийств.

Этот обмен идеями и опытом стал возможен благодаря большим усилиям и доброй воле, вложенным в участие в семинаре. Мы хотели бы выразить искреннюю благодарность всем участникам.

Мы хотели бы поблагодарить каждого из выступивших, предоставивших свои воодушевляющие доклады и поделившихся своими знаниями на пленарных и секционных заседаниях.

Наша глубочайшая признательность адресуется молодым участникам, которые в своих вдохновляющих презентациях и художественных произведениях показали силу и надежду на будущее. Молодые участники и делегаты приложили большие усилия для организации молодежного семинара и обмена своими презентациями, используя разнообразные средства, такие как документальные фильмы, презентации через систему «Скайп» и сотовые телефоны, а также музыку, поэзию и живопись. Мы хотели бы поблагодарить Никку Олсена за вклад в творческий процесс, внесенный его

картинами, и компанию «Тумит Продакшнс» за документирование молодежного семинара. Члены Центра санитарного просвещения в г. Нуук радушно приняли молодежный семинар, а работники, обеспечивавшие проживание и питание, достойны высших похвал.

Правительство Гренландии сделало возможным проведение семинара, предоставив основное финансирование. Авиакомпания «Air Greenland» обеспечила перевозку молодых делегатов из разных частей Гренландии, тем самым сделав их участие возможным.

На всем протяжении семинара Анна Рита Спейн и Анне Силвикен помогли документировать все презентации и обсуждения. Без их помощи было бы трудно предоставить этот отчет. Профессор Кью Янг любезно согласился ознакомиться с черновым вариантом доклада, и мы благодарны за все замечания, которые помогли нам улучшить окончательную версию.

Мы хотели бы поблагодарить политиков, должностных лиц и представителей молодежи, которые любезно поделились своими идеями и планами со всеми участниками в ходе оживленных дискуссий, которые, надеемся, будут продолжены и за пределами семинара.

В последнюю очередь, но не менее искренне, мы хотели бы поблагодарить Гренландский хор НИПИ за замечательную песню на открытии семинара.

ПРЕДИСЛОВИЕ .....	3
БЛАГОДАРНОСТИ .....	4
ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ .....	7
ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ СЕМИНАРА .....	9
ОБЗОР ОСНОВНЫХ ЗАСЕДАНИЙ И ДОКЛАДЧИКОВ .....	11
<b>РАЗДЕЛ I: ПРЕДПОСЫЛКИ .....</b>	<b>13</b>
Введение .....	13
Партнерство .....	13
Кто присутствовал на семинаре? .....	13
Почему фокус на Надежде и Жизнестойкости? .....	13
Важность молодежной точки зрения .....	14
<b>РАЗДЕЛ II: ПОНИМАНИЕ ПРОБЛЕМЫ .....</b>	<b>15</b>
Пленарное заседание 1 .....	15
Надежда в профилактике самоубийств .....	15
С точки зрения разработчика политики .....	16
Самоубийства у инуитов: перемена .....	18
Шаг в круг света .....	20
Пленарное заседание 2 .....	21
Проект «Сапиик» .....	21
«Выбираем жизнь в Нунавуте» .....	21
<b>РАЗДЕЛ III: УСПЕШНАЯ ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ МЕДИКОВ .....</b>	<b>23</b>
Секционное заседание 1 .....	23
Алианаит: План действий по психическому благополучию – что мы делаем .....	23
Состояние профилактики самоубийств в Алеутском регионе .....	24
Участие инуитских общин в профилактике самоубийств в Канаде .....	24
Профилактика самоубийств через холистическое благополучие:	
программа «Илиткъусиат» у народности инуупиакъ .....	26
Профилактика самоубийств в Северном муниципалитете Гренландии .....	27
Секционное заседание 3 .....	27
Школьные советники в Илулиссате .....	27
Аттавик 146 – национальный телефон доверия .....	27
<b>РАЗДЕЛ IV: ИССЛЕДОВАНИЯ И ДОКУМЕНТАЦИЯ .....</b>	<b>29</b>
Секционное заседание 2 .....	29
Исследование предыстории самоубийства в Нунавуте .....	29
Мысли о самоубийстве: Являются ли самоубийства проблемой в общине? .....	30
Эллюам Тунгиинун – Модель общинного сотрудничества в предотвращении	
самоубийств и алкоголизма .....	31
<b>РАЗДЕЛ V: С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ МОЛОДЕЖИ .....</b>	<b>33</b>
Секционное заседание 4 .....	33
Дела молодежи в Арктике .....	33
Аляска .....	33
Гренландия .....	34
Аасиаат, Северо-Западная Гренландия .....	34
Илулиссат, Северо-Западная Гренландия .....	35
Иттоккьортоормиит, Восточная Гренландия .....	36
Нуук, Центральная Западная Гренландия .....	36
Къакьортокъ, Юго-Западная Гренландия .....	36
Финнмарк, Норвегия .....	37
Канада .....	38

<b>РАЗДЕЛ VI: РЕКОМЕНДАЦИИ СЕКЦИЙ</b> .....	41
Рекомендации Секции 1 .....	41
Рекомендации Секции 2 .....	42
Рекомендации Секции 3 .....	43
Рекомендации Секции 4 – Молодежного семинара .....	44
Молодежное послание с рекомендациями .....	45
<b>РАЗДЕЛ VII: ДИАЛОГ МЕЖДУ МОЛОДЕЖЬЮ, ПОЛИТИКАМИ И РАЗРАБОТЧИКАМИ ПОЛИТИКИ</b> .	47
Открытая экспертная дискуссия .....	47
Заключительные замечания .....	51
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ A – Для дальнейшего чтения</b> .....	53
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ B - Программа</b> .....	55
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ C – Программа молодежного семинара</b> .....	59
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ D – Участники</b> .....	63
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ E – Участники молодежного семинара</b> .....	67
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ F – Организации-участники</b> .....	69
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ G – Речь Министра здравоохранения Гренландии на открытии Семинара</b> .....	71

Основной целью семинара было подчеркнуть важность укрепления перспективы жизнестойкости и фокуса на надежде, а не на безысходности, в предотвращении самоубийств в арктических регионах. Надежда и жизнестойкость были постоянными темами на протяжении всего семинара, и их значение и важность были представлены с разных точек зрения. Презентации включали хорошие примеры на политическом, стратегическом и практическом уровнях. Презентации молодых людей также явили собой надежду для будущей работы по профилактике самоубийств в арктических регионах.

Структура данного отчета соответствует разнообразным разделам семинара. За Разделом I, разъясняющим предпосылки семинара, следует Раздел II, посвященный пониманию проблемы. Раздел III посвящен успешным практикам в профилактике самоубийств, основываясь на презентациях, представленных на секционных заседаниях 1 и 3. В Разделе IV предлагается обзор исследований и документации, и в него включены презентации, сделанные на секционном заседании 2. Раздел V объединяет молодежные презентации с докладами, представленными на секции 4 – молодежном семинаре. В Разделе VI содержится полный список рекомендаций, внесенных на всех четырех секциях, за которым следует отчет о групповой дискуссии между представителями молодежи, политиками и должностными лицами из разных арктических регионов, представленный в Разделе VII. В конце отчета делаются рекомендации по дальнейшему чтению, а в Приложении приведен список участников семинара, программ и организаций-участников.

Хеннинг Херрестад открыл семинар глубоким философским обзором понятия и значения надежды, предположив, что надежда может стать средством излечения, коль скоро проблемой является безнадежность. Вильям Хоган представил точку зрения политика, перенеся центр внимания с концепции надежды на профилактические стратегии в местных сообществах. Он рассказал, как информация, основанная на фактических данных, направила процесс планирования стратегий профилактики самоубийств в Аляске. Патриция Вибе, Лууии Окалик и Тина Прайс представили обзор канадских стратегий предотвращения самоубийств, показав истоки и содержание холистического подхода к предотвращению самоубийств, основанного на приоритетах психического здоровья и на культуре и обстоятельствах жизни инуитов. Целью является восстановление общего благополучия инуитов путем внедрения гармоничных комплексных

программ и услуг для инуитского населения Канады. Докладчики в общем подчеркнули, что успешные стратегии профилактики самоубийств требуют подходов, которые основаны на местных общинах, опираются на сильные стороны и сосредоточены на автономии и самоуправлении инуитов, а также на действиях со стороны общественности.

Джек Хикс предоставил важный обзор данных по самоубийствам инуитов в процессе изменения по разным арктическим зонам и размышления по поводу новейших исследований. Данные, представленные как Биргером Поппелем, так и Джеком Хиксом, подчеркнули относительные различия в суицидальном поведении в зависимости от пола, возраста, региона и времени. Джек Хикс и Вильям Хоган подчеркнули важность действий на основании имеющихся знаний. Посмертные психологические исследования из Аляски и Канады предоставили новые знания и показывают, что повышенный процент самоубийств социально обусловлен. Эти исследования предоставляют богатую подробную базу данных по детерминантам суицидального поведения и создают верную картину того, почему, собственно, люди сводят счеты с жизнью.

Исследование «Пробуждение людей», представленное Джимом Алленом, показало пример партнерства между исследователями и местными сообществами, где важной целью является внесение своего вклада в сообщество. Важным уроком явилась важность базирования вмешательства и коррекционных воздействий не только на культурном уровне, но также и на индивидуальном и общественном уровнях.

Постоянной темой на семинаре была потребность обратиться к опыту психологической помощи при потере близких и изучения исторических и викарных травм. Айва ГрейВулф подчеркнула, что необходимо специально обучать людей основным приемам вмешательства, чтобы они были готовы встретиться лицом к лицу, говорить, слушать и предпринять действия в отношении индивида, демонстрирующего суицидальное поведение. Несколькими докладчиками на семинаре подчеркивалась необходимость находить локальные решения для локальных проблем.

На молодежном семинаре делегаты из каждой страны представили презентации, посвященные специфическим проблемам предотвращения самоубийств в их родных краях, а также профилактическим стратегиям и программам, уже используемым в их странах. Было представлено

несколько интересных молодежных проектов. Проект «Выбираем жизнь в Нунавуте» – хороший пример того, как можно организовать и координировать профилактические инициативы. Общей характеристикой коррекционных проектов, направленных и опирающихся на молодежь, является фокус на благополучии молодых людей и снабжении их полномочиями с помощью предоставления в их распоряжение средств самовыражения. Примерами успешных практик и профилактических инициатив явились: менторский проект «Сапиик: Молодые помогают молодым», проект Инуусивут, обмен историями с помощью цифровых мультимедийных средств и «Команда Гризли».

В заключение семинара была проведена открытая экспертная дискуссия между представителями молодежи, политиками и должностными лицами. Наиболее обсуждаемым в этом диалоге явился гендерный парадокс в картине самоубийств, что привело к выводу о необходимости дальнейших исследований по проблемам гендерных различий в инуитских общинах для разработки соответствующих целевых коррекционных вмешательств и молодежной политики.

Исходя из знаний, представленных на семинаре в ходе презентаций и обсуждений, стала очевидной необходимость обратиться к социальным проблемам с использованием целого комплекса мер. Данные проблемы включают в себя алкоголь, сексуальную эксплуатацию детей, изнасилования, насилие, токсикоманию и т.д. Это стало ясно после просмотра документальных фильмов, снятых представителями молодежи, принявшими участие в семинаре.

Обмен опытом на семинаре продемонстрировал важность общего холистического подхода к профилактике, который имеет специфические черты для инуитов, саами и других коренных народов и фокусируется на благополучии. Инициативы должны строиться на имеющихся знаниях и реализовываться через партнерские отношения с общиной и через признание важной роли всех поколений. В целом, участники семинара подчеркнули необходимость совершенствования социоэкономических условий в Арктике, с тем чтобы улучшить общее благополучие инуитов, особенно детей и молодежи. Это включает в себя предоставление большего доступа к образованию и знаниям, а также к профессиональной помощи и видам деятельности, расширяющим возможности индивида. Этот подход не нов, но все еще требует внимания и должен стать объектом исследований, стратегического планирования, программ санитарного просвещения и коррекционных программ.

На каждом из четырех секционных заседаний были составлены рекомендации, которые были представлены на пленарном заседании на второй день семинара. Общие рекомендации следуют ниже, а полный список рекомендаций приводится в Разделе VI.

В течение семинара участниками секционных заседаний были выработаны следующие рекомендации. Среди участников были представители молодежи, исследователи, профессионалы и должностные лица, работающие в области предотвращения самоубийств.

### Вовлечение молодежи и расширение её возможностей

- Сосредоточение на благополучии и открытии доступа к имеющимся ресурсам с целью поощрения здорового образа жизни молодежи Арктики путем общего улучшения социальноэкономических условий в приполярных регионах
- Повышение самооценки молодых людей через деятельность, расширяющую их возможности
- Поддержка молодежных инициатив и вовлечения молодежи в жизнь общества – Увеличение участия молодежи в принятии политических решений, которые ее касаются, путем приглашения на конференции, семинары и симпозиумы
- Создание и расширение возможностей для молодежи в области творческого и художественного самовыражения через молодежные клубы, программы и образование
- Подготовка молодых менторов и создание менторских сетей и программ
- Поддержка координации и сотрудничества молодежных организаций в разных арктических странах
- Общение с молодежью на ее собственном уровне; профилактика должна быть направлена на молодежную среду.

### Исследования и документация

- Поддержка исследований, нацеленных на выработку решений; исследований, которые вносят вклад в жизнь общин и участников
- Потребность в документировании программ и того, что делается для предотвращения самоубийств и обеспечения благополучия по всем арктическим регионам на всех уровнях
  - Описательная и формативная оценка должны сосредотачиваться на процессе, а не на результате.
  - Исследования по политике
  - Сопоставительные исследования по различающимся подходам к социальной политике по разным нациям в разных арктических регионах.

### Местные и профессиональные партнерства

- Профилактика и вмешательство должны находиться в тесном партнерстве с местными сообществами и уважать местные культурные ценности, а также учитывать готовность общин.
- Следует совершенствовать координацию инициатив и партнерство между исследователями, разработчиками стратегий и профессионалами, а также междисциплинарное сотрудничество.

### Всесторонняя профилактика

- Распространяется всеобъемлющий подход к программам профилактики самоубийств. Он должен совмещать понятия профилактики, коррекционного вмешательства и посткоррекционного сопровождения.
- Следует бороться с наркоманией, насилием и сексуальной эксплуатацией и предоставлять больше возможностей для излечения.
- Создавать заметные и максимально доступные для молодежи кризисные сети, чтобы повысить осведомленность молодых людей о наличии ресурсов в их окружении.
- Ознакомить родителей и старейшин с ресурсами и снабдить их навыками задействования их в инициативах профилактики самоубийств.
- Улучшать умения и навыки заботы о детях путем образовательной работы с родителями.
- Поощрять открытость и укреплять способность людей задумываться и говорить о проблемах, связанных с самоубийством.



«Песня жизни» в исполнении молодежи



## РАЗДЕЛ I: ПРЕДПОСЫЛКИ

В первом разделе описаны предпосылки семинара, его участники, а также важность участия молодежи, и концепция надежды и жизнестойкости.

## РАЗДЕЛ II: ПОНИМАНИЕ ПРОБЛЕМЫ

В данный раздел включены материалы двух первых пленарных заседаний. В нем дается полный обзор области профилактики самоубийств с точки зрения философа, исследователя, политика, профессионала-практика и молодежи. Сообщения были сделаны следующими участниками:

- |   |  |
|---|--|
| • Хеннинг Херрестад, Норвегия                                     | «Надежда в профилактике самоубийств»   |
| • Вильям Г. Хоган, Аляска, США                                    | «С точки зрения разработчика политики» |
| • Джек Хикс, Нунавут, Канада                                      | «Самоубийства у инуитов: перемена»     |
| • Айва ГрейВулф, Аляска, США                                      | «Шаг в круг света»                     |
| • Наасуннгаукъ Йенсен, Инуутекъ Кригель, Арнакъ Люнге, Гренландия | Проект «Сапиик»                        |
| • Джесси Майк, Лори Идлаут, Джули Аливактук, Нунавут, Канада      | «Выбор жизни в Нунавуте»               |

## РАЗДЕЛ III: УСПЕШНАЯ ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ МЕДИКОВ

Данный раздел включает материалы двух секционных заседаний, одно из которых было посвящено медикам из всех арктических стран, а другое медикам Гренландии. Сообщения были представлены следующими участниками:

### Секция 1

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| • Тина Прайс, Канада                  | «Алианаит: План действий по психическому благополучию»   |
| • Лариса Сайверсон, Аляска, США       | «Состояние профилактики самоубийств в Алеутском регионе»   |
| • Патриция Вибе, Лууии Окалик, Канада | «Участие инуитского сообщества Канады в профилактике самоубийств»  |
| • Джордж Провост, Аляска, США         | «Профилактика самоубийств через холистическое благополучие: Программа «Илиткусиат» у народности Инупиак» |
| • Руфь Ларсен, Гренландия:            | «Профилактика самоубийств в Северном муниципалитете Гренландии»  |

### Секция 3

- |  |  |
|--|--|
| • Астрид Ольсен, Ригмор Вилладсен, Гренландия: | «Школьные советники в г. Илулиссат»          |
| • Бодиль Клейст Ширбек, Гренландия             | «Аттавик 146 – национальный телефон доверия» |

## РАЗДЕЛ IV: ИССЛЕДОВАНИЯ И ДОКУМЕНТАЦИЯ

Данный раздел содержит материалы заседания секции 2, которое было посвящено исследователям и разработчикам политики. Выступили следующие докладчики:

- |                                       |   |
|---------------------------------------|---|
| • Джек Хикс, Нунавут, Канада          | «Исследование по данным, собранным после самоубийств в Нунавуте»  |
| • Биргер Поппель, Гренландия          | «Мысли о самоубийстве: представляет ли суицид проблему в общине?»   |
| • Профессор Джеймс Аллен, Аляска, США | «Еллуам Тунгиинун – Модель общинного сотрудничества в профилактике самоубийств и злоупотребления алкоголем» |

### РАЗДЕЛ V: С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ МОЛОДЕЖИ

Данный раздел посвящен материалам одновременно проходившего Молодежного семинара, на котором выступили молодые делегаты с Аляски, из Гренландии, Норвегии и Канады. Представители молодежи из каждой страны рассказали о специфических проблемах профилактики самоубийств в своих родных краях.

- Элизабет Хенсли: Аляска, США
- Малиина Класен: Аасиаат, Северо-западная Гренландия
- Андреа Абельсен: Илулисат, Северо-Западная Гренландия
- Юулут Даниельсен: Иттоккьортормиит, Восточная Гренландия
- Нукангуак Берглунд: Нуук, Центральная Западная Гренландия
- Карен Фредериксен: Какортук, Юго-Западная Гренландия
- Карл-Гёран Ларссон: Финнмарк, Норвегия
- Винтер Куликтана: Нунавут, Канада

### РАЗДЕЛ VI: РЕКОМЕНДАЦИИ СЕКЦИЙ

В данном разделе содержатся рекомендации профессионалов-практиков, исследователей, разработчиков политики и молодежи. Рекомендации основаны на сообщениях, представленных на секционных заседаниях, и на последовавших дискуссиях между участниками на всех четырех секционных заседаниях. Рекомендации были сформулированы и оглашены на пленарном заседании.

- Рекомендации Секции 1: Профессионалы в области здравоохранения из Арктики
- Рекомендации Секции 2: Исследования и документация
- Рекомендации Секции 3: Профессионалы в области здравоохранения из Гренландии
- Рекомендации Секции 4: Молодежный семинар

### РАЗДЕЛ VII: ДИАЛОГ МЕЖДУ МОЛОДЕЖЬЮ, ПОЛИТИКАМИ И РАЗРАБОТЧИКАМИ ПОЛИТИКИ

Содержанием данного раздела является отредактированная версия групповой дискуссии, представляющей диалог между представителями молодежи, политиками и разработчиками политики. Раздел содержит вступительные слова, вопросы и ответы, прозвучавшие на заседании.

## Введение

Данный отчет имеет целью документирование докладов, обсуждений и рекомендаций, прозвучавших на семинаре «Надежда и Жизнестойкость в профилактике самоубийств», проведенном в г. Нуук, Гренландия, 6-8 ноября 2009 г.

Данный семинар явился вкладом в работу Экспертной группы по здоровью населения Арктики (АННЕГ), учрежденной по решению Рабочей группы по устойчивому развитию (SDWG) по инициативе Канады и Аляски, предложенной в феврале 2009 г. Канада и Гренландия являются сопредседателями АННЕГ. На инаугурационном совещании АННЕГ в Оттаве, организованном Канадой в феврале 2009 г., гренландская делегация предложила организовать семинар по профилактике самоубийств в странах арктической зоны. Эта инициатива была подтверждена на первом плановом собрании в г. Йеллоунайф в июле 2009 г.

Данную инициативу следует рассматривать в свете желания усилить упор на разнообразные совместные усилия в области здоровья населения в Арктике для лучшего понимания общей ситуации здравоохранения в арктических странах, - выраженного Гренландией во время ее председательствования в SDWG. Эта цель соответствует как задачам учреждения АННЕГ, так и требованиям парламентариев арктического региона



Нуук, ноябрь 2009 г.

и Совета Министров Северных Государств развивать сотрудничество и способствовать благотворному взаимодействию исходя из проведенной работы в этой области здоровья человека в гармонии с культурными ценностями коренных народов и арктических сообществ.

Обзор рекомендаций, полученных на семинаре, был представлен сопредседателями АННЕГ на совещаниях Арктического Совета SDWG и на Встрече старших должностных лиц Арктики, проведенной в Копенгагене в ноябре 2009 г. Заключительный отчет был представлен на собрании SDWG в марте 2010 г. в Копенгагене, Дания.

## Партнерство

Семинар был организован в партнерстве между Экспертной группой по здоровью населения Арктики, Инуитским приполярным советом и Молодежным советом (ICYC) и Министерством здравоохранения и Департаментом иностранных дел Гренландии с целью совершенствования межарктического, междисциплинарного и межсекторального сотрудничества в сфере профилактики самоубийств с особым вниманием к молодежи.



## Кто участвовал в семинаре?

В семинаре приняли участие около 100 участников из США (Аляска), Канады (Нунавут и Северо-Западные Территории), Норвегии (Сапми), Дании и Гренландии. Они представляли широкое разнообразие профессионального и личного опыта и включали представителей молодежи, политиков, исследователей, профессионалов-практиков и разработчиков политики. Полный список участников приводится в приложении.

## Почему фокус на Надежде и Жизнестойкости?

Английское слово resilience (жизнестойкость) происходит от латинского *resilio*, которое означает 'отпрыгнуть назад'<sup>1</sup>. Способность некоторых людей или сообществ выдерживать и восстанавливать жизненные силы после жестоких испытаний либо стрессовых жизненных событий называется жизнестойкостью. Жизнестойкость – это интерактивное понятие, связанное с комбинацией серьезных событий, связанных с опасностью, и относительно позитивным психологическим результатом, несмотря на эти события<sup>2</sup>.

1 Мэниена С.Б. «Еще раз о понятии жизнестойкости» / Manyena S.B. The concept of resilience revisited. *Disasters*, 2006;30(4):433-450.

2 Раттер М. «Следствия концепции жизнестойкости для научного понимания» / Rutter M. Implications of Resilience concepts for Scientific understanding. *Annals New York Academy of Sciences* 2006;1094:1-12.

Восприятие данной проблемы определяет решения, которые мы находим. Вследствие этого, фокус на защитных факторах, дополняющий фокус на факторах риска, может улучшить нашу способность развивать защитные и всесторонние стратегии в профилактике самоубийств и сосредоточивать внимание на средствах, способных решить эту проблему. Важно и ценно то, что, добавив аспект жизнестойкости во взгляд на проблему, мы получаем обоснованный баланс между ориентацией на проблему и ориентацией на ресурсы.

«(...) жизнестойкость начинается с признания громадных индивидуальных различий в реакциях людей на одни и те же события, и рассматривает результаты, предполагая, что понимание механизмов, лежащих в основе данных различий, прольет свет на причинные связи и таким образом приведет к выводам по коррекционным стратегиям относительно как профилактики, так и лечения. Короче говоря, проблема жизнестойкости требует предварительного исследования риска и защиты, однако добавляет отличное, новое измерение». (Майкл Раттер, 2006)<sup>3</sup>.

Сосредоточив внимание на надежде и жизнестойкости, данный семинар поставил целью подчеркнуть важность этих понятий в работе по профилактике самоубийств и призвать исследователей, разработчиков политики и профессионалов продолжать и усиливать упор на положительные результаты как для отдельных людей, так и для общин, а также исследовать то, каким образом преодолеваются невзгоды.

### Важность молодежной точки зрения

Включение молодых участников в дискуссии о превентивных стратегиях было критически важно для содержания и результатов семинара, поскольку именно молодежь является объектом большинства профилактических мер, являясь группой населения с наиболее высоким риском и широким распространением суицидального поведения. Очень ценным оказалось то, что Молодежный совет Инуитского приполярного совета собрал столь много творческих молодых людей. Как можно прочесть ниже, эти люди прекрасно работали вместе в разных частях Арктики, и их вклад в семинар будет критически важным для дальнейшей работы в данной области.



Молодежное выступление

3 Раттер М. «Следствия концепции жизнестойкости для научного понимания» / Rutter M. Implications of Resilience Concepts for Scientific Understanding: Annals New York Academy of Sciences 2006: 1094: 1–12.

### Пленарное заседание 1

Пленарное заседание 1 было направлено на понимание проблемы самоубийства. Прозвучали доклады профессионалов и исследователей из ряда арктических регионов (Норвегии, Аляски, Канады). В центре внимания докладов были: надежда как превентивная мера, взгляд на профилактику самоубийств с точки зрения стратегий, коррекционные программы и данные, имеющиеся на сегодняшний день, так же как и данные, которых сейчас не хватает, чтобы увеличить превентивные усилия в данной области.

#### Надежда в предотвращении самоубийств

Хеннинг Херрестад, Национальный центр по изучению и предотвращению самоубийств, Университет Осло, Норвегия.

В исследованиях и работе, связанных с предотвращением самоубийств, имелась тенденция фокусировать внимание на безнадежности. Было показано, что безысходность ведет к самоубийству, однако очень немногие изучали противоположность безысходности, т.е. важность надежды. Надежду следует рассматривать в качестве центрального понятия при работе над превентивными мерами.

Следует искать способы укреплять надежду людей. Это можно осуществлять, давая людям почувствовать, что они способны управлять собственной жизнью. В этом процессе наиболее важно посмотреть, как люди воспринимают возможные цели и потенциальные пути их достижения. Незнание того, как достичь своей цели, может привести к отчаянию.

Небольшое качественное исследование по парасуицидным пациентам показало, что они собственно не думали о последствиях попытки самоубийства. Они скорее использовали эту попытку для выхода из ситуации, в которой оказались<sup>4</sup>. Исследование также показало, что в сравнении с контрольной группой парасуицидные пациенты имели такое же количество целей, но, в отличие от контрольной группы, не столь многие видели пути достижения целей.

Чтобы работать с понятием надежды в профилактике самоубийств, нам нужно понять, что значит надежда. Х. Херрестад поделился следующими мыслями о понятии «надежда» и связанных с ним других понятиях.

- Надежда больше, чем желания. Желания не обязаны быть реалистически осуществимыми.
- Надежда отличается от обнадуженности. Это видение стакана наполовину полным, а не наполовину пустым (позитивная интерпретация).
- Надежда отличается от оптимизма: Оптимизм может быть неспецифическими позитивными ожиданиями/интерпретациями, либо может быть оптимистической объяснительной манерой: меньше мыслей о самоубийстве, чем у людей с пессимистической объяснительной манерой.
- Надежда менее конкретна, чем планирование. Можно надеяться на хорошую погоду или надеяться на помощь других людей.

Понятиями, связанными с надеждой, являются жизнестойкость, отвага, умение решать задачи, позитивные мысли о будущем, оптимизм, открытость новому опыту, экстравертность, высокая самооценка, позитивные жизненные цели и смысл жизни.

Согласно исследованиям, похоже, что к отчаянию и юезысходности приводит отсутствие ожиданий, а не ошибочные ожидания. Наша способность надеяться зависит от нашей способности помнить прошлое. Поэтому мы можем оказаться способны внушать людям надежду, если сможем помочь им извлечь из памяти воспоминания. Чтобы создать надежду, мы должны таким образом посмотреть как на внешние факторы, такие как создание возможностей, так и на внутренние факторы, такие как создание видения, обращаясь к хорошим воспоминаниям, увеличивая чувство собственных способностей и находя новые пути.

*«Надежда – это позитивное мотивирующее состояние, основанное на интерактивно произведенном чувстве успешной (а) собственной деятельной силы (энергии, направленной на цель) и (б) путей (планирования достижения целей)».* (Ричард Снайдер, 2000)<sup>5</sup>

*«Надежда – это движение аппетита, возбужденного восприятием того, что будет приятно, что трудно, но все же возможно получить»* (Св. Фома Аквинский)

<sup>4</sup> Маклауд А., Висент П. «Положительные жизненные цели и планы в парасуициде» / MacLeod A, Vicent P. Positive life goals and plans in parasuicide. Clinical Psychology & Psychotherapy 2004;11(2):90-99.

<sup>5</sup> Снайдер С.Р. (ред.) Справочник по надежде. Теория, меры и применения. Сан Диего. Академик Пресс, 2000. Snyder CR (Ed.). Handbook of hope. Theory, measures and applications. San Diego. Academic Press, 2000.

**С точки зрения разработчика политики**

**Самоубийства в Аляске – Профилактические стратегии в общинах**, Вильям Хоган, член комиссии, Департамент здравоохранения и социальных служб, Аляска, США

Вильям Хоган сообщил, что цель Аляски заключается в создании здоровых общин. Аляска включила все профилактические программы в подразделение Поведенческого здоровья. Общим устремлением в Аляске является создание отдельными людьми и семьями безопасных, здоровых и продуктивных общин. Целями общественного здравоохранения в Аляске являются снижение процента самоубийств, освобождение от наркомании или наркозависимости, связь между членами общин, жизнестойкость, приобретение жизненных навыков. Поворотным пунктом в предотвращении самоубийств явилось решение прислушаться к молодежи, чтобы понять, что срывается, а что – нет.

**Данные по самоубийствам в Аляске**

В 2008 г. самоубийства составляли две трети (68,6%) всех насильственных смертей в Аляске. Коэффициент самоубийств в Аляске находится среди самых высоких в США: 22,2 на 100.000. Имеются серьезные различия в картине самоубийств в зависимости от региона, возраста, пола и принадлежности к коренному/некоренному населению Аляски. Самый высокий коэффициент – 71 на 100.000 в Северозападном Баро, самый низкий – 13,9 на 100.000 – в юговосточной Аляске. Американские индейцы/коренные жители Аляски показывают самый высокий коэффициент (47,2). Самые высокие показатели по возрасту обнаруживаются среди лиц в возрасте от 15 до 24 лет (37,6 на 100.000) и от 25 до 29 лет (33,6 на 100.000). Процент попыток самоубийства в среде молодежи у школьников 9-12 классов повысился с 7,05 % в 1995 г. до 10,7% в 2007 г. В Аляске можно наблюдать общий гендерный парадокс в суицидальном поведении. Девушки предпринимают попытки убить себя чаще, чем юноши (12,7 на 100.000 в сопоставлении с 8,3%)<sup>6</sup>. Коэффициент самоубийств у лиц мужского пола в ~3,4 раза выше, чем у женщин<sup>7</sup>. Среди коренных жителей Аляски у подростков мужского пола самые высокие показатели самоубийств по Аляске и по США, однако показатель самоубийств также высок среди жителей Аляски самого старшего возраста.

**Понимание и применение данных**

В. Хоган представил результаты и поделился опытом по использованию данных в принятии политических решений. В 2007 г. Центр профилактики травматизма

Аляски опубликовал результаты исследования по совершенным самоубийствам. Эти данные, состоящие из интервью с членами семьи и друзьями погибших, выявили конкретные факторы, влияющие на самоубийства в Аляске. Несколькими из выявленных коррелирующих факторов самоубийств явились: расстройства, вызванные посттравматическим стрессом, опыт жестоко обращения в детстве, проблемы с наркотиками, проблемы с правоохранительными органами, потеря либо отсутствие работы, проблемы в семейной/личной жизни и финансовый стресс. В. Хоган подчеркнул, что исследование истории, предшествующей самоубийству, является ключом к пониманию жизненных историй, скрывающихся за цифрами. Результаты данного исследования включали 22 рекомендации, которые используются в планировании профилактических инициатив.

Исследование «Средства имеют значение» на материале людей, переживших попытки самоубийства, почти приведших к смерти, показало, что самоубийства чаще всего совершаются импульсивно: 24 % опрошенных совершили попытки в течение 5 минут после того, как им в голову пришла мысль о самоубийстве; еще 47% совершили попытки в течение часа или менее, и треть молодых людей испытала кризис в течение 24 часов, предшествовавших попытке. Три из четырех случаев произошли дома. Доступ к огнестрельному оружию повышает риск самоубийств, поскольку попытки самоубийств с применением огнестрельного оружия почти всегда приводят к летальному исходу (85%). Некоторые из рекомендаций по результатам исследования сводились к организации более безопасного хранения оружия в доме; работе с полицией и другими общественными службами безопасности по созданию вариантов безопасного хранения оружия вне дома в случаях, когда люди обеспокоены состоянием члена семьи и желают временно удалить оружие из дома. Исследователи также рекомендуют обучить профессионалов, занимающихся психическим здоровьем, наводить справки о доступности огнестрельного оружия в домах клиентов. Исследование показало, что 90% людей, переживших попытки самоубийства, едва не приведшие к смерти, после этого не предпринимали дальнейших попыток.

Очень серьезной проблемой в работе в области предотвращения самоубийств является сложность проблемы. Не имеется простых решений. Такие факторы, как психическое здоровье, наркомания, культурные и социоэкономические условия, составляют большое поле, в котором следует искать решений и разрабатывать стратегии. Далее, эта область несет на себе клеймо, которое мешает приступить к коррективным действиям с отдельным человеком или с общиной; например, такой фактор как скрытность или страх перед тем, что тебя не воспримут всерьез, приводят к тому, что люди не раскрывают своих мыслей о самоубийстве. Готовность общины также является важным фактором, который

6 Данные из Опроса о рискованном поведении молодежи Аляски (Youth Risk Behaviour Survey -YRBS), опроса, проводимого в школах каждые два года, от 2007 г.

7 Alaska Violent Death Reporting System, 2003-2005 Summary Report, August 2008, DHSS.

надо принять во внимание до начала коррективных действий. Возможности исследователя ограничены, и трудно выявить причины и следствия. В то же самое время, В. Хоган подчеркнул, что добротные исследования в этой области накапливаются, и у нас уже достаточно информации, чтобы начать действовать.

#### Стратегии общинной профилактики на Аляске

Аляска перешла к целевым региональным планам профилактики, которые являются научно обоснованными и опираются на успешные практики. Имеется охватывающая всю Аляску сеть региональных профилактических групп, которые разрабатывают планы профилактики, основанные на данных и связанные с планами на уровне штата<sup>8</sup> и федеральными планами<sup>9</sup>.

Охватывающая всю Аляску сеть региональных профилактических групп действуют путем целого спектра превентивных, коррективных и последующих воздействий на индивидуальном, семейном и общественном уровнях. Структура стратегической профилактики продвигается Федеральным управлением по борьбе с злоупотреблениями наркотиками и защите психического здоровья. Она является научно обоснованной, сфокусированной и выверенной структурой, включающей 5 стадий: оценка ситуации; создание или мобилизация способности; планирование; исполнение; оценка результата. Данный метод облегчает принятие основанных на данных решений, которые, подобно лазерному лучу, нацеливаются на самые высокие коэффициенты самоубийств.

Департамент здравоохранения и социальных служб имеет сильную сеть, состоящую из 105 общественных агентств, обеспечивающих обслуживание через 164 грантовые программы: психическое здоровье, профилактика наркомании, коррективное вмешательство на ранних стадиях, лечение и реабилитация. План Аляски сосредоточен на 4 промежуточных результатах:

- Сократить количество совершенных самоубийств и попыток самоубийств.
- Устранить печать позора, сочетающуюся с депрессией, психическими заболеваниями, расстройствами, связанными с употреблением наркотиков, и суицидальными тенденциями.
- Увеличить ответственность местных органов и деятельность общин по проведению профилактики самоубийств.
- Увеличить наличие и доступность услуг по охране психического здоровья на ранних стадиях.

По словам В. Хогана, решения должны прийти из местных сообществ; нужны местные решения для местных проблем. В данном процессе укрепление общественного партнерства является основой усилий региона, подчеркнул В. Хоган. Правительство штата может предоставить ресурсы, информацию и т.д., но очень важно выявить лидеров в местных общинах. Важно также развивать региональные команды путем постоянной работы на совещаниях муниципальных советов, в группах фокусировки, путем бесед с ключевыми информаторами и оценки готовности общин. Таким образом выявляются региональные, культурные и другие факторы, уникальные для каждого региона. Региональные группы приспособливают стратегические планы профилактики к местным особенностям.

К числу последующих шагов в деле уменьшения показателя самоубийств в Аляске относятся расширение существующей сети телефонов доверия, подготовка большего количества консультантов для этой сети, расширение интернет-ресурсов, организация новых исследований и анализ данных. Аляска на стратегическом уровне предана делу достижения лучшего понимания факторов, влияющих на статистику самоубийств, работе с местными сообществами по разработке решений и использованию междисциплинарных научно обоснованных подходов к профилактике самоубийств. В долгосрочном плане Аляска должна породить общество, свободное от наркомании, объединенное и жизнестойкое, состоящее из индивидуумов и семей, образующих безопасные, здоровые и продуктивные общины.



Министр здравоохранения Агата Фонтейн (слева) и Министр по социальным делам Малиина Абельсен (справа), Правительство Гренландии.

8 План профилактики самоубийств в Аляске.: <http://www.hss.state.ak.us/dbh/resources/pdf/SuicidePrevPlan050505.pdf>

9 Национальная стратегия по профилактике самоубийств: Задачи и цели действия.

**Самоубийства у инуитов: перемена**

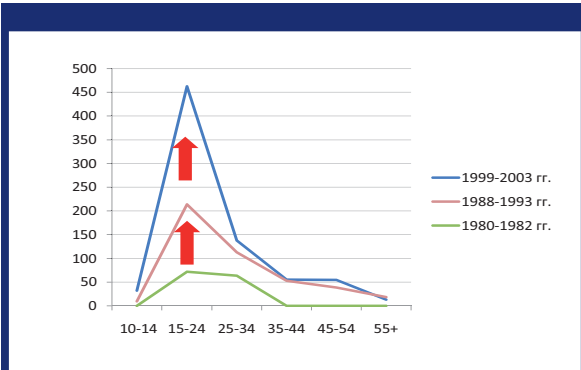
**Данные имеющиеся, данные отсутствующие и размышления по поводу новейших исследований**

Джек Хикс, докторант-экстерн Гренландского университета, Нунавут, Канада

Самоубийство – трудный предмет для любого человека в любое время, не только в Арктике. Особенно трудно исследователю понять суицидальное поведение в среде коренных народов Севера, если он сам не является представителем коренных народов. Самоубийство часто становится предметом споров среди широкой публики, в средствах массовой информации, и в них заметна недостаточная осведомленность о научных подходах и тенденция предлагать простые объяснения, а порой и использовать эту тему для продвижения совсем других идей. Эта тема также трудна из-за того, что уровень травматизации общества в результате самоубийств довольно высок, что приводит к идеологическим, вызванным травмой, откликам на эту тему, таким как «политика идентичности», где подчеркиваются не общие черты, а различия.

Данные по изменениям в картине самоубийств у инуитов показывают соответствующие цифры по этническим, географическим, половым и возрастным группам. Показатели самоубийств наиболее высоки у молодых мужчин-инуитов 19-29 лет, особенно на Аляске, в Восточной Гренландии и Нунавуте (Илл. 1).

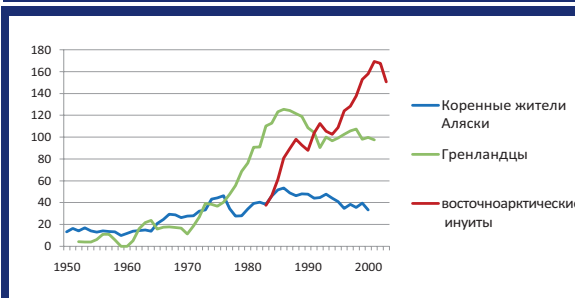
Илл. 1: Смертность от самоубийств среди коренных жителей Аляски, Гренландии и восточноарктических инуитов\*, 1950-2005



Источник: Таблицы Джека Хикса основаны на необработанных данных из Управления шерифа Нунавута и на демографических данных из Статистического бюро Канады  
\* Трехгодичные скользящие средние показатели; восточная Арктика – Нунавик и регион Къикикътани в Нунавуте

Данные по арктическим регионам показывают, что любая попытка объяснить перемену тенденций должна быть способна объяснить различия по фактору пола, по возрасту, по географическому / культурному аспекту, изменения во всех этих различиях с течением времени и временную картину по гренландским инуитам.

Илл. 2: Смертность в результате самоубийств среди коренных жителей Аляски, гренландцев и восточноарктических инуитов\*, 1950-2005 гг.



Источники: по Гренландии – Бьеррегорд и Лунге<sup>10</sup>; по Аляске – личное сообщение от Меттью Бермана, Университет Аляски в Анкоридже; по восточноарктическим инуитам: таблицы автора, основанные на архивах шерифов различных административных единиц и на демографических данных Статистического бюро Канады.  
\* Трехгодичные скользящие средние показатели; восточная Арктика – это Нунавик и регион Къикикътани в Нунавуте

Джек Хикс предоставил обзор изменений в картине самоубийств до настоящего времени, проведя сравнения по арктическим регионам. Рост числа самоубийств сильно варьировался в Арктике на протяжении последних десятилетий. Исследования по инуитам Канады, Аляски и Гренландии внесли вклад в знания об этом явлении и временных рамках роста как внутри этнических групп, так и по Арктике (Илл. 2).

Хикс показал, как картина случаев самоубийств совпала с постепенной модернизацией, имевшей место в этой области. Развитие, при котором самоубийства из редких в колониальный период и в основном среди пожилых и больных людей стали молодежными явлением, прокатилось волной по инуитам по всей Арктике. Рост самоубийств среди молодых людей впервые был замечен в северной Аляске в конце 1960-х гг. Такая же картина наблюдалась в Гренландии в 1970-е годы, и в восточной арктической части Канады (Къикикътани, Нунавут, Нунавик) она была зарегистрирована в середине 1980-х гг.

На Аляске и в Гренландии уменьшение числа самоубийств было недавно отмечено среди инуитов, проживающих в городах, по сравнению с инуитами в отдаленных районах. Похоже, имеется тенденция к уменьшению числа самоубийств в инуитских общинах Арктики, которые претерпели самые большие социальные перемены за последние десятилетия. Это можно было бы объяснить более сильной системой образования и усовершенствованием системы здравоохранения. Эта картина могла бы стать дальнейшим индикатором связи между суицидальным поведением и социальными проблемами, которые принесла быстрая модернизация.

10Бьеррегорд П., Лунге И. Самоубийства – проблема в современной Гренландии / Bjerregaard P, Lyngge I. Suicide—a challenge in modern Greenland. Arch Suicide Res 2006;10:209-220.

В идеале мы хотели бы знать ГОРАЗДО больше, чем лишь число самоубийств - скажем, жизненный путь (особенно обстоятельства детства), история взаимоотношений, история употребления наркотиков и алкоголя и проблемы психического здоровья. Посмертные психологические исследования (также называемые исследованиями предыстории самоубийства) приносят много таких обогащенных данных. Такое исследование проводится в настоящее время в Нунавуте по 120 людям, погибшим в результате самоубийств, и по соответствующей контрольной группе из 120 людей<sup>11</sup>. Согласно Роберту Голдни, в каждом обществе имеется базовый уровень самоубийств, предопределенный биологическими факторами<sup>12</sup>. Таким образом часть самоубийств является всеобщим явлением. Джек Хикс заключил, что повышенный уровень самоубийств в Нунавуте содержит «базовый уровень» плюс нарастающее число социально детерминированных. Из этого Хикс выработал гипотезу: Социальные детерминанты повышенного уровня самоубийств молодежи в Нунавуте в большой мере являются результатом травмы – как исторической, так и сегодняшней. Эта гипотеза поддержана следующим моментом из работы Kirmauer et al.: «Расположение источников травмы в прошедших событиях может отвлечь внимание от реальностей стесненного настоящего и мрачного будущего, которые являются жестокими для многих молодых инуитов, живущих в хаотичных и деморализованных общинах»<sup>13</sup>. Именно на эти социальные детерминанты должна направляться профилактика самоубийств, и данные факторы могут быть ослаблены. Дж.Хикс представил три недавних исследования, которые подчеркивают эту мысль. В одном из них изучались клинические и социальные характеристики клиентов (n=100) в ретроспективном анализе историй болезни по серии одногодичных продолжающихся психиатрических консультаций в общине Икьалуит, Нунавут. Было обнаружено, что межличностные и социозэкологические стрессовые факторы оказались необычайно обширными и явились главными проводниками психологических кризисов и попыток самоубийств. Широко распространенными оказались также отрицательные медицинские детерминанты, такие

как отсутствие работы, перенаселенность, бытовое насилие, наркомания, проблемы с правоохранительными органами. Психиатрические проблемы в Арктике оказываются тесно переплетенными с межличностными, социозэкономическими и общественными изменениями; эффективные службы общественной психиатрической помощи должны иметь в виду широкий спектр психосоциальных проблем, далеко выходящих за рамки медицинской модели<sup>14</sup>.

Другое исследование показало, что импульсивные самоубийства связаны с детством. Известно, что перенесенное в детстве жестокое обращение и заброшенность оказывают воздействие на психологические состояния через поведенческие, эмоциональные и когнитивные каналы. Они увеличивают риск возникновения психиатрических заболеваний во взрослом возрасте и рассматривались как факторы риска суицидального поведения во всех диагностических категориях. Известно, что ранняя, пролонгированная и глубокая травма усиливают импульсивность, уменьшая способность мозга подавлять негативные действия и контролировать и регулировать эмоции. Было также сказано, что импульсивность является как последствием травмы, так и фактором риска для развития патологической реакции на травму. Таким образом, исследователи предполагают, что импульсивность может быть одним из связующих звеньев между детской травмой и суицидальным поведением. Предотвращение жестокого обращения с детьми могло бы существенно сократить суицидальное поведение подростков и взрослых частично путем уменьшения частоты импульсивных реакций в будущем<sup>15</sup>.

Джек Хикс представил третье исследование, в котором Слама и соавторы использовали анализ примесей, особый метод классификации, для изучения влияния возраста совершения первой суицидальной попытки. Изучив 368 пациентов, исследователи выявили две группы: одну с ранним началом (ранней первой попыткой) самоубийства (возраст до 26 лет, средний возраст 19,5 лет) и другую – с поздним началом / первой попыткой (старше 26 лет, ср. возраст 38,5 лет). Исследователи обнаружили, что эти группы имеют различные клинические профили. Пациенты с ранним началом первой попытки самоубийства имели более частые сопутствующие тревожные расстройства, употребление марихуаны и личные истории эмоциональной или

11 Исследование предыстории самоубийств было представлено Джеком Хиксом на заседании секции 2.

12 Голдни Р. Новое объяснение факторов, ведущих к самоубийству, на основе комплексного знания / Goldney R. A novel integrated knowledge explanation of factors leading to suicide. *New ideas in Psychology*, 2003.

13 Кирмайер Л.Дж., Симпсон С., Карго М. Целительские традиции: Культура, сообщество и пропаганда психического здоровья у коренных народов Канады / Kirmauer LJ, Simpson C, Cargo M. Healing traditions: Culture, community and mental health promotion with Canadian Aboriginal peoples. *Australasian Psychiatry*, 2003; 11.Suppl.: 15-23.

14 Ло и Хаттон. Общинная психиатрия в канадской Арктике / Law & Hutton. *Community Psychiatry in the Canadian Arctic – Reflections from A 1-year Continuous Consultation Series in Iqaluit, Nunavut*. *Can J of Community Mental Health*, 2007.

15 Бракэ М.Д. и др. Является ли импульсивность связующим звеном между жестоким обращением с ребенком и самоубийством? / Braquehais MD et al. Is impulsivity a link between childhood abuse and suicide?. *Comprehensive Psychiatry*, 2009

сексуальной эксплуатации. Группа позднего начала, с другой стороны, с большей вероятностью имела депрессивные расстройства<sup>16</sup>. Джек Хикс поставил вопрос: Насколько в действительности «отличны» самоубийства среди коренных народов? Он ответил, что результаты исследований по проблеме самоубийств в разных странах могли бы гораздо больше использоваться применительно к Арктике.

Джек Хикс закончил свое сообщение следующими моментами:

- Самоубийства среди инуитов являются не менее сложным феноменом, чем самоубийства не-инуитов, и к ним следует соответственно относиться.
- Следует отказаться от попыток объяснить повышенные уровни самоубийств среди инуитов, которые являются упрощенческими и/или выносят причинность и ответственность «вовне».
- Необходимо поставить под вопрос образы, сложившиеся вокруг самоубийств в среде инуитов.
- Социальные детерминанты являются единственным логическим объяснением «перемены структуры самоубийств», имевшей место в инуитском мире и начавшейся на Аляске в 60-е гг.
- Следует извлечь серьезные уроки из исследований, проводимых в других частях мира
- Следует также принять во внимание исследования, проведенные по профилактике самоубийств в других странах мира.
- Нужно произвести оценку наших профилактических усилий, чтобы мы смогли как улучшить свою работу, так и внести вклад в глобальную базу информации.

### Шаг в круг света

Айва ГрейВулф, доктор наук, психолог, Региональный консорциум по здравоохранению юго-восточной Аляски, США

Название сообщения Айвы ГрейВулф обращается к истории о том, как Ворон украл солнце и принес свет в мир, чтобы люди могли видеть. Данная метафора часто используется в лечении алкоголизма, где люди бродят, спотыкаясь в темноте, объяснила ГрейВулф. Ворон – плут, пытающийся присвоить чужое. Это показывает нам ту часть человеческой природы, которую мы, возможно, стараемся не замечать.

ГрейВулф сказала, кто, по ее мнению, находится в комнате среди участников конференции: уцелевшие, скорбящие, предпринявшие попытку, те, кто выхаживает страдальцев, викарно травмированные и выдохшиеся. Нам нужно быть отдавать себе отчет в существовании всех этих различных видов жизненного опыта и ситуаций,

поскольку они являются влиятельными факторами в профилактической работе. Проблема сложна. Живущие среди нас раненые часто бывают теми, кто берется работать в нашей службе, сказала ГрейВулф, и травмы оживают вновь при встречах с клиентами. Мы должны на это обратить внимание и предоставить поддержку.

Аляска и Гренландия имеют много общих черт, что делает наш жизненный опыт ценным друг для друга. ГрейВулф отметила следующее: география, инфраструктура, размер поселков, родственные сети, образование, экономические проблемы, культура и история. Уроки Аляски показали важность обращения к слоям работы со слоями скорби и работы с множественной, исторической и викарной травмой. Мы также должны обратить внимание на необходимость подготовки и использования данных, полученных в исследованиях предыстории самоубийств.

Нам нужны специальные программы, направленные на самоубийства в общинах. Каждый должен получить подготовку по навыкам основных коррекционных вмешательств. Специальными программами, используемыми в Аляске, являются Программа предотвращения самоубийств на базе общин (CBSPP), «Стражи ворот», «Сверстники-помощники», Подготовка по прикладным навыкам коррективного вмешательства по самоубийствам (ASIST), Проект системы услуг сельскому населению (RHS) и «Пробуждение Людей».

ГрейВулф подчеркнула важность социальных действий. Те, кого исцелили – это те, кто что-то предприняли. Они сделали что-то, отметила она и проиллюстрировала свою мысль цитатой из Уинстона Черчилля, который однажды сказал: «Если ты идешь через ад ... не останавливайся».

Концепция «фактов, основанных на практике» была введена в качестве альтернативы, дополняющей «практику, основанную на фактах». Из-за нехватки ресурсов не всегда есть возможность обеспечить практику, основанную на фактах. В этих ситуациях нам нужно внимательно смотреть на уроки, которые мы извлекли из работы по профилактике самоубийств, чтобы гарантировать, что коррекционные действия опираются на практику, основанную на фактической информации, которая уже имеется в данной области. Более того, вмешательства должны быть локально обоснованы и поддержаны, и необходима надлежащая подготовка и поддерживающее наблюдение над вовлеченными. Уважение к сообществу и почтительное отношение к местным природным помощникам являются ключевыми аспектами успешного долгосрочного исцеления.

В заключение ГрейВулф подчеркнула, что культурная деятельность и наделение общин полномочиями являются важным способом придания человеку силы и предоставления каждому человеку чувства своего места и принадлежности к обществу.

<sup>16</sup> Слама Ф. и др. Анализ примесей в применении к возрасту совершения первой попытки самоубийства / Slama F et al. Admixture analysis of age at first suicide attempt, Journal of Psychiatric Research, 2009.

### Пленарное заседание 2

Пленарное заседание 2 имело целью иллюстрацию проектов, опирающихся на надежду и жизнестойкость, с помощью хороших примеров инициатив в профилактике самоубийств с позитивным упором на жизнь и расширение возможностей молодежи

#### Проект «Сапиик»<sup>17</sup>

Наасуннгуакъ Йенсен, Инуутекъ Кригель и Арнакъ Люнге, Ассоциация по охране детей Гренландии, ментор молодежи по проекту «Сапиик», Гренландия

РППроект «Сапиик» – это менторский (наставнический) проект по схеме «молодые-молодым» в двух классах средней школы в г. Нуук, Гренландия. Пилотный проект «Сапиик» в настоящее время находится в двухгодичной пробной фазе до сентября 2010 г. и проводится организацией Ассоциацией по охране детей Гренландии<sup>18</sup>. Работа менторов проводится независимо от школьной системы, и это является важным аспектом. Менторы не выступают в роли учителей и не указывают своим подопечным, что надо делать.

Данный проект связан с группой менторов в возрасте 18-30 лет, которые либо в настоящее время обучаются в школе, либо закончили свое образование не более пяти лет назад и теперь работают. Менторы представляют положительные примеры школьникам и стремятся укрепить у своих подопечных уверенность в себе и личностные, социальные и профессиональные навыки путем тренировки.

Менторы встречаются со школьниками раз в неделю в рамках общественной и профессиональной деятельности. Проект «Сапиик» был создан по причине широкой распространенности в г. Нуук, Гренландия, случаев, когда молодые люди бросают школу вскоре после начала общеобразовательной школы старшей ступени. Таким образом, целью проекта «Сапиик» было мотивировать школьников продолжать обучение после получения начального образования и подготовить их к этому. Школьникам, участвующим в проекте «Сапиик», показывают целую гамму существующих образовательных и трудовых возможностей путем посещения образовательных учреждений и предприятий. Имеется надежда, что это поможет мотивировать школьников к продолжению обучения на старшей ступени после начальной школы.

Ассоциация по охране детей Гренландии надеется с помощью проекта «Сапиик» внести вклад в профилактику самоубийств путем поддержки и расширения возможностей молодых людей. Ассоциация вступила в партнерские отношения с Молодежным отделом

<sup>17</sup>Проект «Сапиик» был представлен как на пленарном заседании 2, так и на секции 4. Нижеследующий текст представляет суммарный конспект по обоим заседаниям.

<sup>18</sup>Сапиик означает «смелость» по-гренландски

датского Красного Креста, который имеет опыт внедрения менторского проекта в датских начальных школах. Цель и надежда Ассоциации – продолжать работу проекта в будущем без помощи от Дании.

#### Проект «Выбираем жизнь в Нунавуте»<sup>19</sup>

Джесси Майк, президент Нунавутского инуитского молодежного совета (NIYC), Лори Идлаут, Член правления NIYC, Джули Аливактук, делегат молодежи от программы «Инуусивит», Нунавут, Канада

#### Понятие «Выбора Жизни»

В январе 2004 г. был учрежден Комитет Выбора Жизни Исаксимагит Инуусирми Катуйийкьатигийт (ИИК) в порядке партнерства между несколькими нунавутскими группами – правительством Нунавута, корпорацией «Нунавут Туннгавик», Королевской канадской жандармерией и многими другими. Усилия по созданию Совета Выбора Жизни (СВЖ) начались в 2003 г., когда стало ясно, что необходима скоординированная инициатива для борьбы с высоким уровнем самоубийств в Нунавуте. Ощущалась потребность в создании местных межведомственных комитетов, потребность в группах, которые будут работать сообща на общинном уровне, чтобы помочь скоординировать работу различных ведомств в Нунавуте. Совет был учрежден с целью принять позитивный подход к жизни при улучшении благополучия молодежи и взрослых. Идеей, стоящей за подходом Выбора жизни, было поощрение людей и организаций внутри общин, сотрудничающих в поиске решений, которые учитывают реальные местные потребности и обстоятельства.

Миссией СВЖ является поддержание и поощрение Нунавуммиут (людей Нунавута) к тому, чтобы ценить жизнь. Принципами Совета являются:

- Сосредоточение внимания на семье и родительстве для дальнейшего развития общин, способных опираться на собственные силы.
- Концентрация усилий на поддержании общинных взаимоотношений и сотрудничества
- Выбор жизни путем постановки вопроса: что значит ценить жизнь?
- Осуществление программы через инуитскую историю.
- Позитивная реализация национальной гордости инуитов
- Поиск коллективных решений у общины
- Защита окружающей среды и следование ее законам.

<sup>19</sup>Проект «Выбираем жизнь в Нунавуте» был представлен как на пленарном заседании 2, так и на заседании секции 4. Ниже следует суммарный конспект обоих заседаний.

Миссия СВЖ выполняется через создание разнообразных проектов, которые финансируются через федеральные и территориальные пожертвования, мероприятия по сбору средств и подготовку новых проектов. Среди прошлых и нынешних проектов:

- Проект «Инуусивут» – молодежный мультимедийный проект ([www.inuusivut.com](http://www.inuusivut.com)).
- «Работники здравоохранения помогают в разрешении» – обеспечение поддержки лицам, пережившим школы-интернаты
- Распределение средств Государственного фонда национальной стратегии по профилактике самоубийств среди аборигенной молодежи – по общинным программам и инициативам.
- Нунавутский ежегодный День Выбора Жизни
- Социальное и общинное развитие.
- Выбор пути и корни жизнестойкости.
- Семинары с молодежью по определению умений для преодоления кризисной ситуации, смысла обращения к жизни, навыков самовыражения

#### **Проект «Инуусивут»**

Проект Инуусивут является национальной инициативой Совета Выбора Жизни и Национального инуитского молодежного совета. Проект сосредоточен на факторах, защищающих от суицидных действий, которые используют позитивный подход, основанный на сильных сторонах, и сфокусированы на максимальном и продолжительном воздействии на молодых людей. Инуусивут, Наш Образ Жизни, продвигается молодежью и пользуется поддержкой нескольких ключевых партнеров. Эта работа опирается на существующие действия по поддержке психического здоровья и на инициативы, уже действующие в инуитских общинах, и дополняет их.

Основной целью проекта было изучение, документирование и распространение – через разнообразные мультимедийные технологии – того, как инуиты воспринимают, выражают, развивают, побуждают и поощряют психическое здоровье. Внимание в основном сосредоточено на обеспечении необходимой, основанной на навыках и умениях подготовки, которая даст возможность молодым людям стать движущей силой в исследовании, продвижении и распространении опыта проблем, связанных с психическим здоровьем, на местном, региональном и национальном уровнях. Одной из главных задач проекта «Инуусивут» является увеличение способностей инуитских общин через поручение молодым людям прямо исследовать проблемы, связанные с психическим здоровьем, и уполномочивание их на распространение полученных знаний в среде сверстников, в семьях и общинах. Стремясь решить эту задачу, команда проекта «Инуусивут» и его партнеры получают доступ к мультимедийному оборудованию (цифровые камеры, видеокамеры и пр.) и предоставляют его в распоряжение местных групп в инуитских общинах Канады для использования по мере выполнения задач проекта. Помимо доступа к оборудованию многим молодым людям нужно научиться использовать это оборудование и работать с мультимедийными средствами. Проект «Инуусивут» предоставляет молодежи в инуитских сообществах Канады техническую подготовку и творческое менторство по фотографии, видеосъемке и воспитанию лидерских качеств.

Заседания секций 1 и 3 были посвящены обсуждению практики здравоохранения в отношении профилактики самоубийств. Секции сосредоточили свое внимание на приемлемых практиках и на обмене мыслями на основе опыта работы по охране здоровья населения. Секции 1 и 3 были объединены для презентаций на английском языке, после чего они разделились на англоязычное заседание (1) и заседание на гренландском языке (3).



### Секция 1

С целью инициировать обсуждение, на секции были представлены разнообразные опыты и проекты из различных регионов Арктики. Был представлен обзор действий по вовлечению канадских инуитов в общественную деятельность, чтобы воодушевить другие регионы. В качестве примера вовлечения местной общины на практике был представлен План Психического Здоровья «Алианаит», основанный на инуитских ценностях. Были указаны трудности профилактики самоубийств в Алеутском регионе Аляски, было высказано сожаление общей для многих регионов Арктики нехваткой квалифицированных специалистов и сроками дистанционного лечения. Презентация проекта «Жизнь» проиллюстрировала практический опыт профилактики самоубийств у молодежи, основанный на культурных и традиционных ценностях, включающий сказительство в цифровом формате – современную версию традиционного инуитского сказительства. В заключение было представлено сообщение о профилактике самоубийств в Северном муниципалитете Гренландии.

### «Алианаит»: план действий по психическому здоровью – что мы делаем

Тина Прайс, Старший советник по делам молодежи, Инуит Тапириит Канатами, Канада

Тина Прайс представила важную тему плана действий по психическому здоровью инуитов, называемого «Алианаит». «Алианаит» был сформирован для развития

«Плана психического здоровья инуитов» в поддержку «Стратегического плана действий по психическому здоровью Первых Народов и Инуитов» Консультативного комитета по психическому здоровью Первых Народов и инуитов. Комитет состоит из представителей инуитов Тапириит Канатами, Отдела здравоохранения Первых Народов и инуитов министерства здравоохранения Канады, организаций, занимающихся урегулированием земельных претензий, национальных инуитских организаций и правительств территорий, имеющих инуитское население. Тина Прайс подчеркнула, что инуитский народ жизнестоек. Слово «инуит» означает «люди», «инууунга» означает «я инукъ, я человек и я жив». И мы гордиться этим. Проект «Алианаит» обеспечивает цели, достигае которых эффективная система охраны психического здоровья восстановит общее благополучие инуитов через гармонично интегрированные программы и услуги по Инуит Нунаат. В то время как непосредственная задача «Алианаит» – разработка плана действий, нацеленного на инуитов, группа видит свою долгосрочную роль в предоставлении стратегических советов и содействии общению и сотрудничеству всех партнеров, занятых охраной психического благополучия<sup>20</sup>.

Психическое благополучие осмысливается как всеохватывающий термин, включающий психическое здоровье, психические болезни, профилактику самоубийств, сокращение насилия, а также сокращение злоупотребления веществами, алкоголизма и токсикомании. План психического благополучия, учитывающий особенности инуитов, был разработан рабочей группой в несколько шагов:

- Первый шаг: свести вместе ключевые организации, занятые психическим благополучем инуитов, способствуя сотрудничеству и обмену информацией.
- Второй шаг: предоставить рекомендации, специфичные для инуитского контекста, для разработки и внедрения стратегического плана и плана действий.
- Третий шаг: предложить стратегические советы относительно разработки долговременной программы по психическому благополучию и по анализу результатов оценки, чтобы выяснить, что получается хорошо.

Холистический подход к профилактике самоубийств включает в себя инуитское понимание уравновешенной жизни путем предотвращения и поощрения, лечения, коррекции и последующего ухода, а также традиционных знаний и практик. Для того, чтобы приступить к профилактике самоубийств, нам нужно вернуть основные инуитские принципы признания и уважения, сказала Т. Прайс. Нам нужно также признать, что не имеется мгновенных решений для наших проблем. Закон инуитов

<sup>20</sup>[www.indigenous-mental-health.ca](http://www.indigenous-mental-health.ca) and [www.indigenouspeoplesissues.com](http://www.indigenouspeoplesissues.com)

носится людьми в сердцах и умах и передается из поколения в поколение. Инуиты верят, что мы все равны; мы все имеем равные права на ту же самую воду, воздух и пищу. Инуитское общество основано на взаимном уважении. Таковы основные ценности, на которых должна основываться профилактическая программа, заявила Т. Прайс.

Вследствие этого, принципы «Алианаит» таковы:

- Человек - на первом месте, в т.ч. семья и община.
- Данный подход учитывает особенности инуитов, он является холистическим и позитивным.
- Важную роль играют старейшины.
- Роль молодых людей будет признаваться и развиваться
- Опора на «защитные факторы» (защитными факторами являются способности, навыки и социальные опоры, дающие людям способность справляться со стрессом и выходить из кризиса и травмы);
- Опора на развитие языковых и культурных возможностей;
- Связь, сотрудничество и координация являются ключевыми моментами в создании однородного континуума программ и услуг;
- Опора на уже достигнутое;
- Партнерская работа.

Роль старейшин должна состоять в обращении к надежде и жизнестойкости. Являясь инуитами, мы должны найти место для общения со старейшинами, доверившись их педагогическим способностям. Это позволит человеку помочь себе самому и получить в этом проводника.

#### Состояние профилактики самоубийств в Алеутском регионе

Лариса Сайверсон, представитель молодежи, Алеутская международная ассоциация, Аляска, США

Лариса Сайверсон поделилась своим взглядом на службы помощи населению в Алеутском регионе Аляски. Сайверсон описала парадокс: если у вас серьезные проблемы, вас отправляют самолетом в Анкоридж, прочь от дома. Алеутский регион расположен на островах, что означает ограниченный доступ к определенным услугам, так как на островах имеется лишь одна больница. С другой, положительной стороны, коэффициент самоубийств там ниже, чем в других частях Аляски.

Алеутский регион имеет большой процент коренного населения, и многие его представители заняты работой в рыбной промышленности. Эта индустрия принесла на острова множество проблем, таких как отсутствие постоянного местожительства у многих людей и уход мужчин из общин навсегда. В регионе есть психолог, но людей все еще отправляют для лечения в Анкоридж. Нет ни одного профессионала, занятого специально профилактикой самоубийств, отметила Л. Сайверсон.

#### Участие инуитских общин Канады в профилактике самоубийств

Д-р Патриция Вибе, специалист по психическому здоровью, Министерство здравоохранения Канады  
Лууи Окалик, Координатор Проекта по здравоохранению, Инуит Тапириит Канатами, Канада

Традиционный образ жизни и социальные изменения в Канаде. Патриция Вибе представила обзор картины самоубийств среди инуитов Канады и обозначила новое в профилактике самоубийств, основанной на инуитских ценностях и на общинах.

П. Вибе сначала обозначила некоторые из важнейших социальных изменений, произошедшие в жизни инуитского населения Канады за последние десятилетия. Внешние силы привели к быстрым изменениям общества, что привело к утрате местными общинами контроля, вынужденному переселению, растущей зависимости от денежного хозяйства и обрушению торговли тюленьим мехом в 70-е гг. Инуитские языки, культуры и традиции в настоящее время процветают. П. Вибе подчеркнула, что процент самоубийств среди молодежи никогда в истории не был так высок, как в последнее время, и это связано с культурным разрывом, который постиг инуитов.

#### Восстановление и управление

На основе своих исследований Патриция Вибе описала новое движение в Канаде, где коренное население возвращает себе все больше самоуправления и имеет место восстановление прав в виде экономического развития, который происходит в Инуит Нунаат вслед за урегулированием земельных претензий. Более того, правительства территорий и провинций заботятся о благополучии инуитов.

Имело место глобальное течение, озабоченное правами человека и движением и обменом идеями между коренными и некоренными народами, и этот процесс называется индигенизм. Опыт показывает, что общепринятые подходы к охране психического здоровья успешны только частично. Движение коренных народов, требующих своего включения в процесс принятия решений касательно целей, методов и использования исследований, вместе с фактами увеличения заявок на участие в исследованиях по культурно-обоснованным коррекционным мероприятиям и наделению сообществ более широкими полномочиями.

Планируются исследования по оценке эффективности вовлечения инуитского сообщества в профилактику самоубийств и охрану психического здоровья населения. Первоначальные данные показывают, что общинный контроль над профилактикой самоубийств сам по себе может быть эффективной мерой предотвращения самоубийств. Работа в партнерстве и вовлечение общин более эффективны в профилактике самоубийств.

### Новое партнерство и успешные стратегии профилактики самоубийств

Были установлены новые партнерские отношения, и в Канаде ясно виден новый период расширения возможностей аборигенного населения. Министерство здравоохранения работает в тесном контакте с канадскими и зарубежными партнерами, представляющими Первые Нации. К примеру, Меморандум о взаимопонимании между Канадой и США по вопросам охраны здоровья коренного населения ставит в центр внимания профилактику самоубийств. Такие отчеты, как «Действия на основе того, что мы знаем: профилактика молодежных самоубийств в среде Первых Народов»<sup>21</sup> и «Национальная Система профилактики самоубийств в среде инуитской молодежи»<sup>22</sup> являются хорошими образцами предотвращения самоубийств в среде коренных народов. Такие инициативы, как Консультативный Комитет по психическому благополучию и «Алианит» (см. доклад Тины Прайс), Комиссия по психическому здоровью Канады, являются примерами инициатив, направленных на охрану психического здоровья и предотвращение самоубийств.

Чтобы быть успешными, стратегии профилактики самоубийств требуют подходов, основанных на общинах, опирающихся на сильные стороны, сфокусированных на инуитской автономии и контроле, а также на общинном действии. Чтобы добиться справедливого представительства, равного права голоса, эффективной связи, рефлексивности / отражения и самопознания в этом процессе, требуется долговременная приверженность.

Патриция Вибе представила принципы и желательные результаты, зафиксированные в Национальной Стратегии профилактики самоубийств в среде инуитской молодежи. Стратегия была инициирована Министерством здравоохранения Канады в 2005 г., рассчитывалась на 5 лет и разрабатывалась в тесном партнерстве с Инуит Тапириит Канатами и Ассамблеей Первых Народов, а также в сотрудничестве с аборигенными сообществами по всей территории Канады. Основными принципами инициатив являются следующие:

- Опора на факты: традиционные, культурные, западные источники
- Опора на общины; культурная уместность
- Обращение ко всем уровням профилактики, поощрения
- Вовлечение молодежи
- Учет уровней общинной готовности

Желательные результаты стратегии включают:

- Больше аборигенной молодежи, семей и общин, принимающих участие в проектах, деятельности и службах, предотвращающих самоубийства.
- Больше осведомленности и практики здорового поведения в среде аборигенной молодежи.
- Больше общественной ответственности и способности выявлять и решать проблемы самоубийств и других психических проблем у молодежи.
- Улучшенный доступ к качественным, хорошо скоординированным программам и услугам для аборигенной молодежи, семей и общин.

Предварительные результаты по текущим оценкам показывают, что стратегия достигает многих из своих целей и что молодежь и общины активно задействованы.

### Профилактика самоубийств, основанная на особенностях инуитов, по четырем регионам проживания инуитов (Инуит Нунаат)

В регионе Инувиалуит Отдел коммунального развития учредил два молодежных центра при государственном финансировании и при поддержке Центра культурных ресурсов региона учредил многочисленные культурные и языковые проекты.

В Нунавуте образованы управляемые местными общинами молодежные программы и Молодежный комитет в каждой общине. Более того, Нунавут учредил Инуит Сапуийийиит – Нунавутскую целевую рабочую группу по профилактике самоубийств и коммунальной целительской деятельности, которая выпустила доклад «Наши слова должны вернуться к нам». В 2004 году Нунавут учредил Исааксимагит Инуусирми Катуйийкьатигиит (Совет Выбора Жизни) под руководством целевой рабочей группы с целью профилактики самоубийств и поощрения здорового образа жизни с опорой на местные общины. Работу Совета направляет Инуит Къауйймайатукъангит, или инуитское традиционное знание, и проводит подготовку советников по профилактике самоубийств в инуитских общинах Нунавута, а также выпускает «Набор инструментов» для людей, работающих в сфере профилактики самоубийств. В партнерстве с Национальным инуитским молодежным советом в качестве составной части проекта «Инуусивут» Совет проводит обучение молодежных медийных бригад в инуитских сообществах и регионах.

В Нунавике, Квебек, учреждена программа «Нуналитукъаит Икайукъатигииттут», которая организует семинары по профилактике самоубийств для работников переднего фронта и лидеров местных общин. Молодежная ассоциация «Сапутиит» – это трехгодичная летняя программа, в которой молодежь путешествует на каяках вдоль побережья Нунавика, неся местной молодежи

21 [http://www.hc-sc.gc.ca/fniah-spnia/alt\\_formats/fnihb-dgspni/pdf/pubs/suicide/prev\\_youth-jeunes-eng.pdf](http://www.hc-sc.gc.ca/fniah-spnia/alt_formats/fnihb-dgspni/pdf/pubs/suicide/prev_youth-jeunes-eng.pdf)

22 <http://www.niyc.ca/download.php?view.8>

послание «Береги жизнь и веди здоровый образ жизни!» В Нунатсиавуте, Лабрадор, правительство учредило Отдел молодежи и досуга, чтобы обеспечить молодежь знаниями об инуитской культуре и традициях. В дополнение был учрежден Совет Поднимающейся Молодежи Нунатсиавута, в котором представлено множество общин. Организуются летние лагеря для старейшин и молодежи, где происходит обучение этим традициям.

По всем инуитским регионам примеры профилактики самоубийств, опирающейся на особенности инуитов, включают проект «Инуусиккватсиарник», который является национальной структурой предотвращения самоубийств молодых инуитов, учрежденной национальным инуитским молодежным советом в партнерстве с Инуит Тапириит Канатами и Отделом охраны здоровья Первый Народов и инуитов Министерства здравоохранения Канады. Проект сосредоточен на поощрении благополучия, стабилизации общин, находящихся в кризисных ситуациях, поддержании санитарно-просветительской деятельности на общинном уровне и выявлении людских ресурсов. В рамках проекта «Инуусиккватсиарник» разрабатываются и исполняются планы по охране здоровья на общинном уровне и ведутся постоянные дискуссии с молодыми инуитами. Все эти инициативы и проекты свидетельствуют о больших усилиях, прилагаемых к охране психического здоровья и благополучия, а также предотвращения самоубийств в Инуит Нунаат.

#### Программа профилактики самоубийств через холистическое благополучие и программа «Илиткьусиат» у народности инупиак

Джордж Провост, Менеджер проекта «Жизнь», Ассоциация «Маниилакь», Аляска, США

Дж.Провост представил проект «Жизнь» – программу профилактики молодежных самоубийств на Аляске. Проект «Жизнь» является трехгодичной (2007-2010 гг.) программой профилактики самоубийств молодежи, которая обслуживает следующие поселки народности инупиат в Северозападном Арктическом округе Аляски: Эмблер, Бакленд, Дириг, Киана, Кивалина, Кобук, Котцебу, Ноатак, Нурвик, Пойнт-Хоуп (округ Норт-Слоуп), Селавик и Шунгнак. Данная программа является частью Службы Здорового Поведения «Маниилакь». Она финансируется за счет ассигнований согласно закону Памяти Гаррета Ли Смита о профилактике самоубийств у молодежи и администрируется Управлением по услугам в отношении токсикомании и психического здоровья (SAMHSA). Ассоциация «Маниилакь» рассматривает профилактику самоубийств как первостепенную задачу.

Проект Жизнь сосредоточен на жизни, культуре и традиционных ценностях, которым обучают Старейшины: знание языка, знание родословного древа, стремление

делиться, скромность, юмор, уважение к другим людям, любовь к детям, сотрудничество, усердный труд, уважение к Старейшинам, уважение к природе, стремление избегать конфликтов, семейные роли, духовность, навыки домоводства, охотничья удача и чувство ответственности перед племенем. Проект «Жизнь» предпринимает холистический подход и стремится к равновесию между здоровьем тела, разума, эмоций, духа, взаимоотношений и культуры.

Дж. Провост подчеркнул, что самоубийство не совместимо с традиционными инуитскими ценностями, Инупиат Илиткьусиат, и проиллюстрировал этот момент следующей цитатой:

*Каждый представитель народности инупиат ответственен перед другими членами племени за выживание нашего культурного духа и за ценности и традиции, посредством которых которых этот дух живет. Через нашу родню мы сохраняем, передаем другим и воплощаем в жизнь наш инупиатский образ жизни.*

В проекте «Жизнь» самоубийство рассматривается как симптом, и проект нацелен на то, чтобы добраться до корня проблемы. В общем наблюдается недостаток благополучия, и проект «Жизнь» нацелен на благополучие, потому что если люди хорошо себя чувствуют, вероятность того, что они совершат самоубийство, гораздо ниже. Дж.Провост подчеркнул важность взгляда на самоубийство в контексте коллективной исторической травмы, насеченной культуре Инупиат, и воздействия быстрых и деструктивных изменений, принесенных колонизацией, на многие поколения. Важной частью благополучия, таким образом, является залечивание травмы.

#### Сказительство в цифровом формате

Сказительство в цифровом формате – это проект внутри проекта «Жизнь». Сказительство – традиционный способ обмена мудростью, обучения истории и культуре у коренных народов. В целом, культуры коренных народов имели устные, а не письменные традиции. Рассказывание историй с помощью цифровых средств – это современный способ объединения традиционного сказительства с доступными сегодня технологиями. Используя компьютеры и программные средства, позволяющие производить монтаж видеофайлов, учащиеся создают истории, комбинируя картинки, видео, музыку, текст и речь. Рассказывание историй с помощью цифровых средств предоставляет молодым людям голос и позволяет им говорить с нами, вместо нарочитого назидания. Это вносит вклад в формирование личности и благополучие. Понимание собственного своеобразия, как индивидуального, так и коллективного, является основой жизни и благополучия. На сайте проекта «Жизнь» можно найти сотни историй, созданных инупиатской молодежью северо-восточной Аляски<sup>23</sup>.

### Профилактика самоубийств в Северном муниципалитете Гренландии

Рут Ларсен, координатор по здравоохранению, Гренландия

Северный регион Гренландии является крупнейшим муниципалитетом мира с населением 17.637 человек в 8 городах и 31 поселках. Девять координаторов по здравоохранению и один региональный менеджер по санитарии и профилактике работают над развитием здравоохранения в северном регионе. Задачей координаторов является организация и координация инициатив и проектов, охватывающих разнообразные аспекты здравоохранения, включая профилактику самоубийств, и они работают в тесном контакте с молодежью. Они сотрудничают с учреждениями здравоохранения, социальными службами, духовенством, школами и молодежными клубами.

Одной из инициатив в Северном муниципалитете был диспут в молодежном клубе о профилактике самоубийств. Во время диспута молодые люди поделились своими чувствами и мыслями относительно самоубийств. Другой инициативой было проведение Всемирного Дня Предотвращения Самоубийств 10 сентября. В этот день люди встречались и говорили о самоубийствах, о том, как мы можем улучшить профилактику самоубийств. Местным политикам были даны рекомендации.

Важной задачей координаторов программ по здравоохранению является взаимодействие со всеми поколениями в сообществе для обеспечения местного партнерства и вовлечение людей в развитие здравоохранения и благополучия.

### Секция 3

Рабочая группа обменялась опытом из различных регионов и проектами профилактики самоубийств в Гренландии, такими как работа школьных советников в Илулиссате и телефон доверия Аттавик 146. Оба примера важных достижений в стремлении поддерживать связь с молодежью и взрослым населением, нуждающимся в помощи и в том, чтобы поговорить с кем-то о своих проблемах.

### Школьные советники в Илулиссате

Астрид Ольсен и Ригмор Вилладсен, школьные советники, Гренландия

В муниципалитете Илулиссат количество самоубийств резко сократилось в последние годы, после того как муниципалитет запустил в действие несколько инициатив. Особенно успешно было учреждение штатных единиц советников, работающих в школах, к которым всегда могут подойти молодые люди, чтобы обсудить свои проблемы.

После двух лет с 6 и 8 самоубийствами в Илулиссате в 2002 и 2003 гг. муниципалитет нанял Астрид Ольсен на должность школьного советника, и с тех пор количество самоубийств резко сократилось. Целью консультирования в школах является установить и поддерживать контакт с учащимися, имеющими личные проблемы, и с их родителями. Они сотрудничают с учителями, координаторами программ по здравоохранению, полицией, психологами, с системой здравоохранения, с отделом социальных служб, с молодежным клубом, с группой быстрого реагирования на критические ситуации, с учащимися, проживающими в общежитиях, с родителями, работниками, директорами школ и со священником.

В 2008 г. 106 учеников получили консультации, и многие из них – несколько раз. Темы консультаций учеников были связаны с алкоголизмом и наркоманией, проблемами дома и в школе, с разводом родителей, изнасилованием, мыслями о самоубийстве, одиночеством, запугиванием, беременностью и другими вопросами. Некоторые из повторявшихся много раз вопросов в течение нескольких лет в работе с детьми являлись возрастающей потребностью в помощи со стороны лиц, замышляющих самоубийство, и жертв сексуальной эксплуатации. Наряду с проблемами, связанными с разводом родителей, с возрастающим осознанием проблем дома и в школе, возросло и злоупотребление наркотиками.

### «Къиннгорнерит»

Астрид Ольсен отметила проект «Къиннгорнерит» в качестве примера профилактической инициативы. Целью проекта «Къиннгорнерит» было дать детям разведенных родителей место для обсуждения своих проблем в малых группах. В проекте «Къиннгорнерит» ученики имеют возможность осознать, что они не одиноки, и цель состоит в помощи друг другу. Примерные темы форумов: как справиться с проблемами в жизни и с такими чувствами, как печаль, гнев и вина. Собрания проводятся раз в неделю в течение восьми недель и основываются на потребностях группы.

Астрид Ольсен в завершение отметила, что есть много одиноких детей, нуждающихся в помощи. Все они должны иметь возможность более яркой и счастливой жизни. Поэтому она рекомендует всем школам последовать примеру Илулиссата и учредить должности школьных советников.

### Аттавик 146 – национальный телефон доверия.

Бодиль Клейст Ширбек, консультант программы Аттавик 146, Гренландия

Бодиль Клейст представил программу «Аттавик 146», являющуюся бесплатной конфиденциальной телефонной консультационной службой в Гренландии. Телефон доверия начал работу в августе 2007 г. и

был учрежден в результате одной из рекомендаций Проекта Национальной стратегии по профилактике самоубийств в Гренландии<sup>24</sup> в 2004 г. Целью программы «Аттавик» было предложить покрывающую всю страну, анонимную и бесплатную консультацию прежде всего лицам, подверженным риску самоубийства либо лицам, находящимся в других видах личного кризиса, угрожающего качеству психической жизни данного лица. Более того, телефон доверия предназначен для людей, потерявших члена семьи в результате самоубийства, для родственников людей, подверженных риску совершить самоубийство, и для лиц, травмированных самоубийством, совершенным ближайшим родственником или другом.

В настоящее время работает 8 консультантов, обеспечивающих работу телефона доверия два дня в неделю по 3 часа вечером. Консультанты работают под руководством профессионального психолога и встречаются раз в месяц в службе «Паариса» – Отделе профилактики здравоохранения. Консультанты имеют соответствующий профессиональный опыт и получают специальную подготовку по работе с телефонами доверия.

В 2008 г. телефон доверия принял 184 звонка, большинство из них в сентябре, декабре и марте. Многие люди используют телефон доверия по несколько раз, и приблизительно половина звонивших в 2008 г. были мужчины, что является ростом по сравнению с 2007 г. Звонившие в 2008 г. были большей частью в возрастных группах 30-39 и 40-49 лет. В основном используют телефон доверия лица, проживающие в городах, особенно в столице Нуук – и приблизительно 17% звонков в 2008 г. поступили от людей, проживающих в поселках.

Содержание звонков, среди прочего, было связано с одиночеством, травмирующими событиями, такими как смерть, психическое заболевание и стрессовые события, такие как сексуальная эксплуатация или изнасилование, самоубийство, проблемы с партнером и насилие. Помимо выслушивания и предложения советов, важной задачей консультантов было направить звонивших в соответствующую службу в зависимости от конкретной проблемы. «Аттавик» показывает, что в Гренландии имеется потребность в наличии такого места, где взрослые люди могли бы анонимно попросить о помощи, получить совет и быть выслушаны.

---

24 [http://www.paarisa.gl/upload/paarisa/selvmondsforebyggelse/rapport\\_-\\_engelsk.pdf](http://www.paarisa.gl/upload/paarisa/selvmondsforebyggelse/rapport_-_engelsk.pdf)

## Секция 2

Заседание секции 2 было сосредоточено на исследованиях и документации по проблеме самоубийств и, таким образом, имело научный подход. Дискуссию разожгли три доклада: обзор исследований, проведенных после самоубийств в Нунавуте; различия в распространенности мыслей о самоубийстве по различным арктическим регионам; и хороший пример партнерства между общиной и исследователями, основанного на уважении культурных ценностей.



### Исследование предыстории самоубийства в Нунавуте

#### Къагйиваллианикъ инуусирийауваалаукътуник – Извлечение уроков из прожитых жизней

Джек Хикс, координатор, консультант по социальным исследованиям, Нунавут, Канада

Джек Хикс, координатор пятилетнего исследования предыстории самоубийств в Нунавуте, Канада, представил методы, общий план исследования и опыт, извлеченный из него. Материалом исследования явились жизни 120 людей, которые покончили с собой за четырехлетний период в регионе, и их особенности. Исследование стоимостью в 1,5 миллиона долларов было начато в 2005 г. и закончено в мае 2010 г. Оно ведется исследователями из Нунавута совместно с Группой по исследованиям самоубийств из Университета Макгилл в Монреале. Исследователи собирают подробную информацию, которая нужна для восстановления социальной, психологической и психиатрической истории людей, погибших в результате самоубийств. Это выполняется главным образом путем проведения подробных слабоструктурированных интервью с членами семьи и другими людьми, хорошо знавшими погибшего, и дополнения полученной информации данными официальных источников (например, медицинских историй болезни).

Исследование включало 120 мужчин и женщин, погибших от суицида, и контрольную группу из 120 человек, сопоставимую по полу и возрасту, а также по представленности общин. Исследователи проводят разнообразные интервью с целью выявить историю погибшего – история могла быть рассказана уже на

первом интервью, а иногда только в течение четвертой беседы. Родственники, партнеры и друзья имеют очень различающиеся взгляды на имевшее место самоубийство и на погибшего. Все интервью складываются в общую картину того, почему человек погиб. Они используют медицинские записи и диагностируют психические заболевания, которые поверяются психологами (вслепую).

Уровень участия ниже для представителей контрольной группы, чем для случаев самоубийств, что может объясняться щекотливостью темы и личным характером задаваемых вопросов – например, о злоупотреблении алкоголем и сексуальной эксплуатации. Дистанционные интервью сравниваются в конце дня. В исследовании имеются методические недостатки: занижение сведений о сексуальной эксплуатации в детстве, о злоупотреблении сильнодействующими веществами и о предыдущих эпизодах суицидального поведения. Занижение сведений происходит нечасто, однако может представлять проблему – в некоторых случаях люди просто могли не знать о проблемах в прошлой жизни погибшего.

Исследование предоставит основанную на фактах картину того, почему собственно люди сводят счеты с жизнью. Причины могут быть разными – проблемы в детстве, злоупотребление веществами, проблемы со школой, либо вдруг вам исполнилось 18 лет и вы не видите никаких возможностей. Некоторые методы легче предотвратить (огнестрельное оружие, пестициды, прыжки с мостов). Нам необходимо обратить внимание на группы с наиболее высоким риском.

Исследование включает богатый и подробный набор данных по детерминантам суицидального поведения и представляет достоверную картину причин самоубийств. Предварительное впечатление от данных показывает, что главной причиной является бедственная ситуация. Джек Хикс подчеркнул важность предоставления семьям и друзьям знаний и методов беседы с людьми, склонными к самоубийству. Профилактические инициативы очень хороши, но нам также нужно посмотреть на данные по людям, которые покончили с собой – мы должны обучать людей обсуждать эту проблему со сверстниками и друзьями – нам нужно научиться оказывать помощь, отметил Дж. Хикс. ASIST<sup>25</sup> является хорошим средством, используемым в Нунавуте. Это средство обучает любого, кто может оказаться рядом с человеком, находящимся под риском самоубийства, навыкам оказания первой помощи потенциальному самоубийце. Должностные лица, занимающиеся здравоохранением, часто имеют сомнения, следует ли спрашивать членов семьи о самоубийствах, однако исследователи, работавшие над этим проектом, слышали только слова благодарности от семей погибших, получивших возможность поговорить о произошедшем.

25 <http://www.asist.org.uk/>

Джек Хикс завершил свой доклад рекомендацией проводить подобные опросы во всех случаях.

### Мысли о самоубийстве: являются ли самоубийства проблемой в общине?

#### Что мы можем узнать из опроса об условиях жизни в Арктике?

Биргер Поппель, руководитель исследовательского проекта, Гренландский университет, Гренландия.

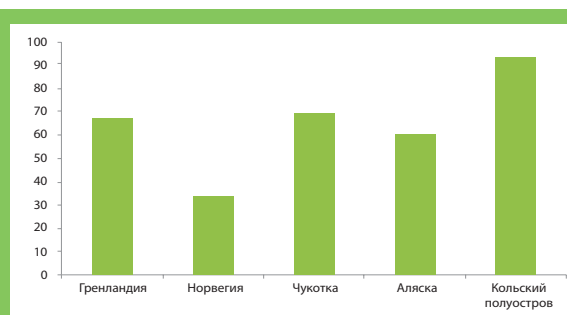
Основываясь на анализе данных, полученных с помощью Опроса об условиях жизни в Арктике (SLiCA), Биргер Поппель поделился размышлениями об отношениях между социальными проблемами, профилактикой самоубийств и условиями жизни. Намерением SLiCA является оценить условия жизни способом, релевантным для коренных народов Арктики. Целью оценки жизненных условий является лучшее понимание коренных народов Арктики и влияния политических и глобальных изменений на их условия жизни<sup>26</sup>. Было проведено 800 интервью на местах, и их участники были в основном представителями коренных народов.

Одной из тем SLiCA были самоубийства, и задавались следующие вопросы:

- Представляют ли самоубийства проблему среди инуитов/саамов в вашей местности?
- Посещали ли вас когда-либо всерьез мысли о самоубийстве?
- Если да, произошло ли это в течение последнего года?

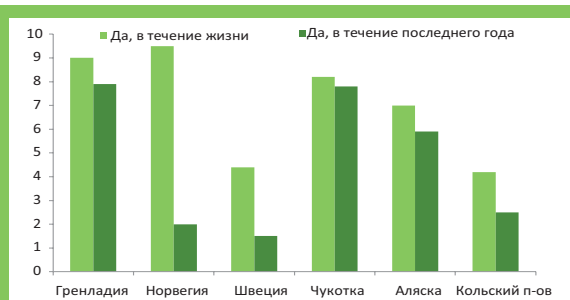
Процент ответивших, что самоубийства являются проблемой в общине, колеблется от почти 100% на Чукотке до 30% в Норвегии (Таблица 3).

Илл. 3. Представляют ли самоубийства проблему для инуитов/саамов в вашей общине? Процент участников, ответивших утвердительно.



Источник: данные SLiCA по различным странам. Не имеется данных по Канаде.

Илл. 4. Посещали ли вас когда-либо всерьез мысли о самоубийстве? В течение жизни и за последний год. В процентах



Источник: Данные SLiCA по различным странам. Не имеется данных по Канаде.

Другим важным фактом, обнаруженным в результате исследования, является широкая распространенность мыслей о самоубийстве в разных регионах (Таблица 4). Большое количество людей серьезно размышляли о самоубийстве однажды в жизни, или даже недавно, так что нам следует знать об этом. Данные также показывают, что распространенность этих мыслей в течение последнего года существенно ниже в Норвегии и Швеции по сравнению с инуитскими регионами.

Данные SLiCA дают нам возможность исследовать взаимоотношения между мыслями о самоубийстве, социальными проблемами и другими измерениями жизненных условий на индивидуальном уровне. Социальные проблемы можно определить как общественно признанные комплексы проблем отдельных людей. SLiCA дает оценку социальных проблем на уровне отдельного человека через вопросы о мыслях о самоубийстве; депрессии; издевательства; злоупотребление алкоголем и наркотиками; безработица; депрессия; наркотики и алкоголь в детстве; наркотики и алкоголь в настоящее время; изнасилования.

Даже если невозможно установить причинно-следственную связь между переменными, представленными в сравнительных данных, сильная связь между мыслями о самоубийстве, с одной стороны, и, с другой стороны, депрессивным состоянием, наличием проблем, связанных с наркотиками и алкоголем дома в детстве; проблемами, связанными с наркотиками и алкоголем дома в настоящее время; историей изнасилований за последние 12 месяцев и/или других видов издевательств за последние 12 месяцев обнаруживается у всех саамов и инуитов.

Даже если невозможно доказать причинно-следственные связи, эти сильные корреляции согласуются с гипотезой о том, что улучшение благополучия может сократить личные проблемы и в конце концов самоубийства, заключил Б. Поппель. Однако до сих пор имеются важные региональные различия, которые необходимо анализировать далее, чтобы нацелить профилактику самоубийств и улучшить общие жизненные условия инуитов и саамов.

26 Более подробная информация представлена на [www.arcticlivingconditions.org](http://www.arcticlivingconditions.org)

### «Эллюам Тунгинун» – Модель общинного сотрудничества в профилактике самоубийств и злоупотребления алкоголем

Профессор Джеймс Аллен, Доктор Философии, Факультет психологии и Центр изучения здоровья коренных жителей Аляски, Университет Аляски, Фэрбенкс, США

#### Что мы делаем?

Джеймс Аллен представил «Исследование путей к трезвости «Пробуждение людей», охватившее весь штат Аляска качественное исследование по историям жизни взрослых людей.

Профилактика требует времени, однако для продвижения к благополучию требуется первичная профилактика. В 1994 г. Центр исследований здоровья коренного населения Аляски получил просьбу группы коренных народностей Аляски провести исследование. В течение 15 лет группа исследователей работала с сообществом. После 5 лет работы с данными они начали работу с людьми, изучая защитные факторы; как индивидуальные защитные факторы, так и семейные защитные факторы в масштабе общества. Проект назван «Пробуждение людей» и является исследованием путей коренных жителей Аляски к трезвости. В настоящее время проект продолжается в своей четвертой фазе программного исследования под названием проект «Эллюам Тунгинун». До начала проекта «Пробуждение людей» большинство исследований по проблемам алкоголя и коренных жителей Аляски было сосредоточено на проблемах и злоупотреблении. В результате довольно мало внимания уделялось многим коренным жителям Аляски, которые ведут трезвый образ жизни, не являются проблемными пьяницами и успешно избавились от алкоголизма.

Именно такая ориентация на негативные стороны, существовавшая не только в исследовательской литературе, но также и в письменных и устных средствах массовой информации, привела руководителей коренных жителей Аляски к соединению усилий с исследователями Университета Аляски в Фэрбенксе для изучения и документирования позитивных сторон представителей коренного населения Аляски и их культуры, позволяющих им избежать опасностей злоупотребления алкоголем, основываясь на предположении, что через более глубокое понимание путей к трезвости можно будет разработать программы лечения и профилактики, опирающиеся на знание того, что оказывается эффективным для здоровых жителей Аляски. С самого начала проект «Пробуждение людей» был намеренно сфокусирован на сильных сторонах и возможности для всех коренных жителей Аляски вести здоровый образ жизни. Проект был направлен путем сотрудничества между Координационным советом проекта «Пробуждение людей» коренных жителей Аляски и исследователями Университета Аляски в г. Фэрбенкс. В дополнение к этому

большой вклад в осуществление проекта внесли нанятые на местах люди, которые выполнили большую часть интервьюирования<sup>27</sup>.

Первая стадия исследования была проведена с 1999 по 2004 г. и преследовала две цели. Первой являлось изучить истории жизни коренных жителей Аляски, ведущих трезвый образ жизни, и обнаружить, что охраняет людей от злоупотребления алкоголем и что помогает другим людям излечиться от алкоголизма. Второй целью являлось разработать формат интервью, исходя из знаний, полученных при изучении жизненных историй, чтобы получить возможность объективной оценки этих охранительных и восстановительных факторов в жизни людей. Было проведено 101 интервью, посвященное жизненным историям коренных жителей по всей территории штата. Все 101 транскрипта интервью были квалифицированы для получения модели, описывающей охранительные факторы, пути, восстановительные факторы у коренных жителей Аляски и построить модель пути к излечению. Проект пытался обнаружить, что охраняет людей, на многих уровнях, как на индивидуальном, так и на семейном и общественном.

Охранительные факторы, обнаруженные на индивидуальном уровне, включали: умение занять свое место в общине и самообладание, Эллангнэк, внесение вклада в сообщество, желание быть хорошим ролевым примером. Семейные охранительные факторы включали: любовь и похвалу, признание индивидуальности, хорошие ролевые примеры трезвости, ясные ожидания и роли. Выявленными коммунальными охранительными факторами были: границы, например, применение закона местного выбора политики в отношении алкоголя, возможности и безопасные места.

Следующим шагом проекта «Пробуждение людей» были коррекционные вмешательства в общинах, использовавшие местные племенные знания. Данный шаг включал обмен фактами, обнаруженными на первой стадии, и разработку локальных, основанных на местной культуре превентивных коррекционных воздействий в двух местных сообществах. Важно подчеркнуть, что это были не культурные вмешательства, а вмешательства, основанные на культурном знании. Целью проектов на этой второй стадии было продемонстрировать, что процесс разработки культурно обоснованного превентивного вмешательства, основанный на модели трезвости, полученной в проекте «Пробуждение людей», является как осуществимым, так и приемлемым в отдаленных, сельских сообществах коренных жителей Аляски. Один из проектов – это проект «Эллангнэк» – управляемая местным сообществом первичная профилактическая программа для молодых людей 12-18 лет, основанная на достоверной практике для

27 <http://canhr.uaf.edu/Research/PeopleAwakening.html>

коренных жителей Аляски, опирающаяся на участие и сотрудничество со стороны общественности. Вмешательство было организовано в тесном сотрудничестве с региональным советом и коммунальной группой планирования, состоящей из молодых людей с родителями и старейшин. За один год вмешательства было проведено 80 собраний по общественному планированию.

Они быстро поняли, что важно основывать вмешательство и коррекционные действия не только на культурном уровне, но и на индивидуальном и местном общественном уровнях также. Результатом этой работы явился «Къунгасвик» («инструментарий») – набор культурно обоснованных коррекционных действий и процесс, с помощью которого можно их приспособить к уникальным обстоятельствам каждой общины. Они работали с охранительными факторами, и исследователи научили их использовать эти факторы в деятельности. Приоритет в общинах был увиден в выборе того, на чем они желали сосредоточить коррекционные действия, например, на злоупотреблении алкоголем, профилактике самоубийств, и т.д.

Таким образом каждая община может заглянуть в «ящик с инструментами» и выбрать себе необходимые инструменты для профилактических вмешательств, наиболее подходящие к её нуждам и сильным сторонам, а может быть даже, при надобности, разработать и собственные инструменты.<sup>28</sup> Виды деятельности, разработанные для инструментария, можно подразделить на семейные модули, индивидуальные модули и общинные модули. Примеры семейных модулей: «охранительное родительство», «сбор ягод», «родство народа юп'ик», «семейный вечер развлечения и отдыха», «группа поддержки родителям». Примеры индивидуальных модулей: «безопасность на льду», «подледная рыбная ловля», «жить с чувствами», «ледовая рыбная ловля», «агудак» (северное мороженое), «здоровые отношения между подростками», «отстаивать то, во что веришь». Примеры общинных модулей: «къасгикъ» («мужской дом»), «сход», «команда кризисного реагирования», лэпбол, волейбол, «прогулка-молитва», сказительство, «подледная рыбная ловля». Ожидается, что результаты этих видов вмешательств проявятся в долгосрочной перспективе.

### Откуда мы знаем, что это получается?

Третья стадия проекта включала дальнейшую адаптацию и психометрическое тестирование проекта «Пробуждение людей» и исследование развития культурно обоснованного измерения. Точная оценка сильных сторон и потребностей людей в отношении к алкоголю, злоупотреблению сильнодействующими веществами и самоубийству очень важна не только для отдельных людей, их семей и общин, но и для исследователей, стремящихся продемонстрировать эффективность своих коррекционных действий путем изменений, произошедших в людях за время осуществления коррекционных воздействий. В исследовании «Кукьюн» были разработаны измерения охранительных факторов проекта «Пробуждение людей» для молодежи: 413 молодых коренных жителей в возрасте 12-18 лет, выросших в отдаленных общинах Аляски, приняли участие в исследовании. Была проверена теория, лежащая в основе модели охранительных факторов, направлявшая превентивные коррекционные действия.

### Как мы оцениваем свою практику?

Коррекционные мероприятия оцениваются четыре раза в течение вмешательства. Меры защитных факторов адаптируются на основе мер, отображающих теорию, и резюмируют меры изменений. Использовались статистические методы иерархического линейного моделирования. Эффект рассчитывался по каждому профилактическому проекту.

Важно сообщать о результатах процесса оценки и воздействие, которое оказали коррекционные действия на общину. Действенность коррекционных действий было представлено населению информационными графиками, показывающими влияние проектов в виде рыб разных размеров.

Джеймс Аллен подчеркнул важность тщательной работы с коррекционными мероприятиями в сообществе, развития тесного сотрудничества, тщательной работы с племенным советом и формирования общинной группы планирования. Они проработали один год с общинной группой, прежде чем начать работу с молодежью. Ответственной частью работы исследователя является знание того, к какой группе ты относишься и кто ты есть, подчеркнул Дж. Аллан. На настоящий момент проект разработки профилактических программ, основанных на исследованиях, занял 12-18 лет<sup>29</sup>.

<sup>28</sup> <http://canhr.uaf.edu/Research/PeopleAwakening.html>

<sup>29</sup> Отсылка к итоговому отчету: <http://canhr.uaf.edu/Research/PeopleAwakening/People%20Awakening%20Project.pdf>  
[www.uaf.edu/aurora](http://www.uaf.edu/aurora)

## Секция 4

Заседание секции 4 происходило в Центре санитарного просвещения в г. Нуук. Нижеследующая документация было извлечена из отдельного доклада о материалах молодежного семинара, написанного Стиной В. Бертельсен (президентом Инуитского приполярного молодежного совета Гренландии) и Кларой Чу (Инуитский приполярный молодежный совет).

Презентации, посвященные специфическим проблемам в профилактике самоубийств в родных краях, а также современным профилактическим стратегиям и уже существующим программам, были представлены молодыми делегатами из каждой страны. После этих презентаций и обсуждений молодые делегаты разделились на три секции для выработки рекомендаций для основного доклада. Данные семинары попытались найти ответ на вопрос: «Что можно сделать на местном, региональном, национальном и международном уровнях для поощрения жизни в Арктике силами молодежи и путем сотрудничества с политиками, профессионалами-практиками и другими специалистами?»

Ниже следуют резюме презентаций, имевших место во время молодежного семинара. Данные презентации были подготовлены молодыми представителями нескольких арктических регионов, после того как молодые люди обсудили проблему самоубийства и ресурсы, доступные в пределах их общин. Формы презентаций были разнообразными, но все они описывали современные меры профилактики самоубийств и проблемы, существующие в родных местах делегатов.

## Дела молодежи в Арктике Аляска

Элизабет Хенсли, бывший со-председатель Инуитского приполярного молодежного совета, США

### Исходные данные по коренным жителям Аляски и самоубийствам

Из 664.000 человек, проживающих на Аляске, приблизительно 20% являются коренными жителями. Одиннадцатая часть жителей Аляски проживает в сельских районах – треть этих людей живет в центрах, а остальные в ста пятидесяти более мелких населенных пунктах. Пятьдесят представителей коренных народов Аляски погибает в результате самоубийства ежегодно, или один человек каждые восемь дней. Из этих погибших три четверти мужчины. Коренные жители Аляски мужского пола в возрасте 15-24 лет погибают в результате самоубийства с вероятностью, в девять раз превосходящей вероятность самоубийства в группе всех мужчин США в этой возрастной категории, и пятикратно превосходящей такую вероятность в группе мужчин Аляски в этом возрасте. В дополнение к этому коренные жительницы Аляски в возрасте 15-24 лет сводят счеты с жизнью с вероятностью такой гибели, в 19 раз

превосходящей такую вероятность среди всех женщин США этой возрастной категории.

Нижеследующие статистические данные по самоубийствам 1999-2005 гг. по коренным жителям Аляски в возрасте 15-24 лет указывают на серьезность проблемы:

- Мужчины: 144 на 100.000 (в сравнении с 29 на 100.000 по белым мужчинам Аляски)
- Женщины: 56 на 100.000 (в сравнении с 7 на 100.000 по белым женщинам Аляски)<sup>30</sup>.

На Аляске жертвы самоубийств были запойными пьяницами в три раза чаще, чем в среднем по стране, и использовали марихуану в четыре раза больше, чем в среднем по стране<sup>31</sup>.

### Современные превентивные меры на Аляске

В настоящее время существует Совет по профилактике самоубийств на Аляске, охватывающий весь штат целиком. Имеется также тридцать один общинный Центр охраны психического здоровья, которые открыты круглосуточно семь дней в неделю. Санитарный центр Кускоквим сотрудничает с Университетом Аляски в г. Фэрбенкс в разработке региональных планов профилактики и коррекции, приспособленных к особенностям поселков коренных жителей. В дополнение к этому штат профинансировал двадцать пять общин «в целях поощрения использования эффективных практик и сотрудничества во имя здоровых общин», используя денежные средства, которые обычно распределяются между профилактикой самоубийств, наркоманией, алкогольной фетопатией и молодежной жизнестойкостью.

Проект «Манилак» LIFE пропагандирует здоровый образ жизни через Инупиат Илиткьюсиат с помощью кампании в средствах массовой информации, учебные занятия и подготовку людей к проведению коррекционных действий в сообществах – данный проект также рассылает письма поддержки людям, которые предприняли попытку самоубийства.

Кризисный телефон доверия Careline принял в 2007 г. 3290 звонков, из которых звонки, связанные с самоубийствами, составляют 22-42%. Тридцать процентов звонивших говорили о собственных пагубных привычках, но, к сожалению, отсылка таких людей в центры

<sup>30</sup> Самоубийства на Аляске – Объединение с целью сократить самоубийства, Племенной Консорциум по охране здоровья коренных жителей Аляски, 2009: Suicide in Alaska—Coming Together to Reduce Suicide, Alaska native Tribal Health Consortium, 2009.

<sup>31</sup> Посмертное исследование предыстории самоубийств на Аляске. Совет штата по профилактике самоубийств, 2009: Alaska Suicide Follow-Back Study. Statewide Suicide Prevention Council, 2009.

исправительного воздействия затруднена по причине длинных очередей и недостатка средств. Сорок семь процентов звонивших имеют психические заболевания. Каждый месяц 80 звонков перенаправляются на национальный телефон доверия по причине недостатка работников, что свидетельствует о потребности в консультантах, подготовленных к работе с учетом культурной специфики коренного населения Аляски.

### Будущие планы профилактики самоубийств в Аляске

Племенной Консорциум по охране здоровья коренных жителей Аляски (ANTHC) и Племенная Система здравоохранения коренных жителей Аляски имеют целью снижение количества самоубийств и попыток самоубийств среди коренных жителей Аляски на 15% за следующие семь лет (2009-2015). С октября 2008 г. по апрель 2009 г. ANTHC, с помощью программы по обучению прикладным методам вмешательства с самоубийцами, проинструктировал более ста учителей, работников здравоохранения, консультантов и других работников по навыкам предотвращения самоубийств. ANTHC также помог установить запирающиеся места хранения лекарств и огнестрельного оружия, так как передозировка медицинских препаратов является наиболее распространенным способом совершения самоубийств, а использование огнестрельного оружия является вторым.

В дополнение к этому ANTHC планирует провести кампанию по профилактике самоубийств в средствах массовой информации с целью сформировать коалицию и саммит по профилактике самоубийств ANTHS; изучить различия между сходными общинами коренных жителей с высокими и низкими уровнями самоубийств; повысить информированность населения о наличии телефонов доверия, программ лечения наркомании и интернет-сайтов; поддержать законодательство, требующее не менее двух часов подготовки по профилактике самоубийств для всех работников в системе образования Аляски; и разработать культурно релевантный учебный план по коррекционным действиям<sup>32</sup>.

### Размышления в заключение

Неспособность коренных жителей Аляски к общению и выражению собственных чувств является сегодня большой проблемой. Лишь одно-два поколения назад коренным жителям Аляски не разрешалось использовать собственные коренные языки, и в связи с этим способность общаться явно уменьшилась. Данное положение сказывается на будущих поколениях, которые не научились у родителей важности обмена мыслями

и эмоциями. Молодежь и местные сообщества должны поощряться в организации более открытых диалогов друг с другом, чтобы они могли наслаждаться собственной культурой и говорить о своей истории, чтобы развивать более тесные связи внутри общин.

### Гренландия Аасиаат, Северо-Западная Гренландия

Малиина Классен, председатель молодежной организации Къвиюк, Гренландия

### Результаты опроса

Опрос был отправлен молодым людям, проживающим в г. Аасиаат и в расположенной поблизости деревне Кангаатсиак. Из 47 респондентов опроса 16 имели опыт обдумывания самоубийства. Эти молодые люди привели такие причины, побудившие их к мыслям о самоубийстве:

- Ранее имевшая место сексуальная эксплуатация
- Трудности во время подросткового периода
- Самоубийство близкого члена семьи или друга
- Проблемы с родителями-алкоголиками
- Недавняя размолвка с членом семьи или другом
- Недавний разрыв с подругой/парнем
- Личные проблемы с алкоголем

Из этих шестнадцати молодых людей десять говорили со своими друзьями, чтобы те помогли им вырваться из круга таких мыслей, четверо имели беседы с членом семьи, и двое держали эти мысли при себе и не пытались получить помощь.

В другой части опроса молодежь Аасиаат и Кангаатсиак спрашивали, знают ли они о существующих ресурсах, которые могут им помочь в случае, если они размышляют о том, чтобы покончить с собой. Только восемь респондентов из сорока семи знали, где можно получить помощь. Ресурсы, отмеченные этими восемью респондентами, оказались телефоном доверия 134, семейными центрами, учителями и муниципалитетом.

### Протокол обращения с суицидальной молодежью

В г. Аасиаат имеется протокол, которому нужно следовать, когда становится известно, что кто-либо замышляет самоубийство. Из-за малочисленного населения суицидальные молодые люди из деревни Кангаатсиак используют ресурсы г. Аасиаат. Если юноша или девушка младше 18 лет угрожает совершить самоубийство, требуется обратиться в департамент социального обеспечения. В департаменте имеется работник по вызову после 16:00 и в выходные дни. Если лицо, угрожающее совершить самоубийство, не соглашается последовать в больницу по доброй воле, следует звонить в полицию, которая имеет право доставить это лицо в больницу. Перед выпиской из больницы это лицо должно дать согласие принимать участие в дальнейшем консультировании.

<sup>32</sup>Объединение с целью сократить самоубийства, Племенной Консорциум по охране здоровья коренных жителей Аляски, 2009: Coming Together to Reduce Suicide, Alaska Native Tribal Health Consortium, 2009. Coming Together to Reduce Suicide. Alaska Native Tribal Health Consortium, 2009

### **Рекомендации молодежи из Аасиаата и Кангаатсиакъа**

Молодые люди, проживающие в г.Аасиаат и д. Кангаатсиак, рекомендовали открыть больше центров, сравнимых с центрами для алкоголиков, где люди, замышляющие самоубийство, могли бы получить помощь. Было бы благотворно иметь больше мест, где молодежь могла бы проводить свободное время; эти места могут быть разными: от спортивных и культурных центров до мест, куда можно прийти, чтобы выполнить домашнее задание и пообщаться в здоровой, безопасной среде. Информация о том, куда можно обратиться за помощью, должна легче попадать в поле зрения молодежи.

### **Илулиссат, Северо-Западная Гренландия**

Андреа Абельсен, сопредседатель молодежной организации «Къивикъ», Гренландия

### **Результаты интервью с молодежью и о ней в Илулиссате**

После бесед с жителями и социальными работниками Илулиссата следует отметить, что наиболее распространенной причиной, по которой люди совершили либо пытались совершить самоубийства в Илулиссате, являются конфликты внутри семей, изнасилования и наркомания. Защитник детей, работающий в Илулиссате, сказал, что многие из молодых людей, с которыми пришлось работать, происходили из распавшихся семей или «алкогольных домов», и многие из них претерпели насилие в собственном доме.

### **Кризисный отклик в Илулиссате - Процедура беседы с молодым человеком, размышляющим о самоубийстве**

В г. Илулиссат и окружающих его поселках имеется несколько программ помощи в предотвращении самоубийств. Они являются результатом высокого уровня самоубийств в Илулиссате в 1990-е гг. Человек, склонный к самоубийству, либо лицо, предпринявшее попытку самоубийства, может обратиться к следующим ресурсам:

- Правозащитники, специализирующиеся на правах ребенка
- Полиция
- Социальные работники, доступные после окончания трудового дня
- Больница

Если молодой человек обращается к защитнику прав ребенка, защитник должен попытаться установить, почему это лицо обдумывает либо пыталось совершить самоубийство. Родители суицидального подростка будут приглашены на эту встречу, но их чаще всего просят подождать за дверью некоторое время в начале беседы, на случай если подросток испытывает неудобство, говоря о собственных проблемах перед родителями. Защитник детства не покидает помещение, пока не убедится, что ситуация между членами семьи и суицидальным подростком не представляет опасности. Во время встречи

защитник рассказывает, куда подросток может обратиться следующий раз, если почувствует, что ему требуется помощь. Между защитником и подростком заключается уговор, с тем чтобы позволить ему(ей) начать добиваться успехов в достижении личных целей и заниматься тем, что ему/ей интересно.

Лица старше 18 лет могут поговорить с социальными работниками, и время, требующееся для коррекции, будет различно для каждого конкретного случая. Иногда эти лица предпочитают пройти курс лечения от алкоголизма или наркомании, однако существуют и другие виды консультирования. Тем не менее, такие возможности различны в разных поселках и городах по причине ограниченности ресурсов. В районе Илулиссат имеется два защитника детства, а также два консультанта по профилактике. Данные координаторы здравоохранения организуют различные мероприятия с целью информировать жителей о том, что делать, когда им приходят в голову мысли о том, чтобы свести счеты с жизнью, либо они знают кого-нибудь, кому требуется помощь. Такие мероприятия могут проходить в форме диспутов, собраний или семинаров. В Илулиссате работники профилактики организуют вечера обсуждений каждый месяц, и тема обсуждения каждый раз новая. Одно собрание, к примеру, было посвящено стилю жизни и культуре.

### **Процедура действий в случае, если самоубийство уже совершено**

Когда человек совершает самоубийство, социальные работники, полиция и больница работают сообща. Члены семьи и друзья получают консультации психолога, социальных работников и священника. Если самоубийство совершено учащимся, то другим учащимся и друзьям предстоит встреча с работником социальной службы, который приходит поговорить с ними либо в кругу друзей, либо в учебной аудитории. В ходе такой беседы он обсуждает сам инцидент, а также информируют студентов о том, куда можно обратиться для получения дальнейшей помощи; при этом работник социальной службы не покинет помещение до тех пор, пока не убедится, что студенты достаточно эмоционально стабильны и могут быть оставлены без наблюдения. Это помогает предотвратить самоубийства среди тех, кто чувствует себя покинутыми лицом, совершившим самоубийство.

### **Имеющиеся ресурсы и кризисный протокол в деревнях, окружающих г. Илулиссат**

Лицо, замышляющее самоубийство, может обратиться за помощью в комитет управления, в больницу, отдел социальной работы, к муниципальному работнику, судебному приставу при муниципалитете, а также в школы и детские ясли/сады. К кому бы ни обратился человек с мыслями о самоубийстве, этот работник и члены семьи этого человека должны работать над решением семейных проблем этого человека.

**Послание от молодежи Илулиссата**

Для наибольшей эффективности в предотвращении самоубийств следует открыть больше семейных центров. Больше информации должно предоставляться семьям и отдельным лицам, и должно быть больше безалкогольных мероприятий для семей и молодежи. Следует увеличить количество дней, посвященных диспутам в школах, и молодежь должна получить возможность конфиденциальной беседы со взрослым на этих собраниях, ибо для детей общение в среде ровесников и дома может быть неудовлетворительным. По побережью Гренландии должно быть больше защитников детства, так как эти работники уже помогли сократить уровень самоубийств среди молодежи Илулиссата.

Молодые люди Илулиссата считают, что у них имеется достаточно ресурсов, где они могли бы получить помощь в случае необходимости. Однако ощущается острый недостаток молодежных клубов для молодежи старшего возраста, где молодые люди могли бы заниматься делами, которые их интересуют. В дополнение к этому надо увеличить количество культурных видов деятельности и мероприятий, пропагандирующих культурное наследие и гордость инуитов. В настоящее время молодые люди в Илулиссате стремятся преодолеть проблемы путем беседы с близким другом, поиска помощи за пределами непосредственного круга общения, занимаясь спортом, сочиняя песни, но некоторые, к несчастью, принимают наркотики и алкоголь, чтобы отделаться от проблем, а это часто приводит к преступной деятельности и другим видам деструктивного поведения, что имеет последствием нездоровый образ жизни.

**Иттоккьортоормит, Восточная Гренландия**

Юлут Даниельсен, делегат молодежи из Восточной Гренландии

**Послание от молодежи Восточной Гренландии**

Ощущается недостаток информации о существующих ресурсах, где молодежь могла бы получить помощь. В спортивных клубах следует начать диалог о профилактике самоубийств, и в школах следует больше говорить о ценности каждой личности и об эмоциональном развитии человека. Проблемы, связанные с употреблением наркотиков и наркоманией, недостаточно обсуждаются в школах и других местах. Молодежи следует более активно участвовать в таких мероприятиях, и важно, чтобы работники санитарного просвещения и другие давали молодежи возможность вести подобную работу внутри собственных местных сообществ.

Если бы было больше возможностей занять себя и мест, где молодежь Восточной Гренландии могла бы собираться, это помогло бы создать у молодежи чувство собственной успешности и цели в жизни. Проведение обсуждений и диспутов по вечерам в домах молодежи,

кафе и других местах могло бы мотивировать молодежь к тому, чтобы самой заняться решением этой проблемы и объединиться для поиска решений и взаимной поддержки, однако инфраструктура для такого рода мероприятий пока не создана. Из-за слабой заселенности Восточной Гренландия полезным и эффективным ресурсом, которым люди могли пользоваться, должны стать мобильные психологи, посещающие населенные пункты.

**Нуук, Центральная Западная Гренландия**

Нукангуак Берглунд, Делегат молодежи Центральной Западной Гренландии

**Ресурсы для молодежи в Нууке**

В Нууке имеется много различных молодежных клубов, однако большинство из них предназначены для молодежи младшего возраста. У работников клубов хороша подготовка, и они обучены тому, как разговаривать с молодыми людьми о депрессии и других проблемах. Один из таких клубов, НУИФ, имеет много программ и организует танцевальные вечера и другие мероприятия для молодежи Нуука. По сравнению с остальной Гренландией в Нууке имеется множество возможностей для занятий спортом, а тренеры являются хорошим ресурсом для молодежи. К ним можно обратиться за советом или поговорить о других проблемах.

**Предложения по совершенствованию**

Могли бы быть улучшены возможности для занятий искусством и другими делами после школы. Молодые люди старшей группы могут пойти вечером только в бар или пивную, и предложение вечерних программ в школах или других безалкогольных занятий могло бы широко использоваться для предотвращения злоупотребления алкоголем. Важно, чтобы, хотя и трудно заставить молодых людей быть более открытыми и общительными, места и возможности для этого существовали.

**Къакьортокъ, Юго-Западная Гренландия**

Карен Фредериксен, делегат молодежи из Юго-Западной Гренландии

Тот же самый опрос, который был проведен в Аасиаате, был также использован в г. Къакьортокъ. Опрос показал, что имевшая место либо продолжающаяся в настоящее время сексуальная эксплуатация является одним из серьезнейших факторов риска по самоубийствам молодежи в г. Къакьортокъ, однако проживание в доме с родителями, злоупотребляющими алкоголем или другими веществами, является другой сильной детерминантой. Риск самоубийства возрастает от присутствия рядом другого человека, который сам является алкоголиком или наркоманом либо недавно пережил разрыв близких отношений.

В опросе молодые люди, которые когда-либо в прошлом имели мысли о самоубийстве, отметили ряд причин, которые заставили их думать о том, чтобы уйти из жизни. Некоторые сообщили, что подвергались сексуальной эксплуатации, чувствовали, что их никто не понимает, пережили смерть близкого человека, имели конфликт с родителями либо разрыв близких отношений. Респонденты сообщали также, что их травил в школе, или чувствовали, что разочаровали других людей.

### Профилактика самоубийств в Къакьортокье

Респонденты, сообщившие, что имели в прошлом мысли о самоубийстве, используют несколько методов управления своими чувствами. Многие из них говорят с членами семей, друзьями или близкими, другие пишут стихи, играют музыку, поют, занимаются спортом, искусством, либо выходят на прогулки на природе. Было также важно, отметили молодые люди, принять проблему, с которой они столкнулись, прислушаться к себе и простить тех, из-за кого они так себя почувствовали. Беседы с кем-либо в школе или на работе, или с психологом также были важными шагами. Молодежь в Къакьортокье упоминала также наличие такого ресурса, как наличия национального кризисного телефона доверия 134.

### Рекомендации по улучшению профилактических усилий

Было бы легко изготовить буклеты с описанием того, что может и должен делать человек, столкнувшись с тем, что член семьи, друг или кто-либо еще сообщает, что замышляет самоубийство. Существующие службы помощи должны быть более интенсивно представлены в сообществе, например, через телевизионные рекламные ролики, школы, веб-сайты и т.д. Было бы также хорошо иметь такой веб-сайт, где пользователи могли бы анонимно помещать вопросы или комментарии и получать ответы профессионала. Кроме того, следует усовершенствовать часы работы клиник и консультативных служб – мысли о самоубийстве не выключаются сами собой после 4 часов пополудни. Людям нужно знать, что если они хотят убить себя, для них имеются ресурсы, и есть с кем поговорить об этом. Школы также должны увеличить свое участие в предоставлении места, куда молодые люди могут прийти за помощью и советом.

Другие неформальные меры, которые следует принять в целях профилактики самоубийств в среде молодежи Къакьортокья, включают расширение рамок учреждений, где молодежь может заниматься своими увлечениями и интересами. Значительным улучшением жизни общины явилось бы создание дома молодежи, где молодые люди могли бы собираться для музыки и игр без присутствия алкоголя. Дом молодежи мог бы также проводить ежемесячные встречи с разнообразными темами, интересными для молодежи, разными каждый месяц. Эти мероприятия могли бы быть вечерами свободного

микрофона, кружками по искусству, ремеслам, или небольшими концертами. Было бы также важно, чтобы такой дом молодежи либо другие места проводили мероприятия, сфокусированные на семейных интересах, опять без присутствия алкоголя.

Карен Фредериксен написала нижеследующее стихотворение. Это ее размышления по поводу потери близкого друга, покончившего с собой:

*Воспоминания никогда не исчезают  
Мечты никогда не умирают  
Но боль твоя – мой страх  
Так жаль, что эта попытка состоялась  
Жить – это единственное, что мы можем  
И я так старалась сохранить тебя  
Если бы я могла повернуть время вспять  
Потому что теперь все будет совсем по-другому  
И даже если наступят трудные времена  
Я как будто иду через пламя  
Я пытаюсь дотянуться до звезд  
Потому что мне кажется, я начну понимать  
Если когда-нибудь дотянусь до неба над нами  
И я продолжаю поиск*

### Финмарк, Норвегия

Карл-Гёран Ларссон, делегат саамской молодежи, Норвегия

Исходные данные по самоубийствам в Финмарке Волна самоубийств началась в Финмарке в 1987 г. после того, как юноша нечаянно убил себя, стремясь избежать призыва в армию. В тот год семеро молодых людей совершили самоубийства, а с тех пор их число достигло приблизительно 1% населения Финмарка (30 самоубийств при населении 2800).

Чтобы понять часть причин уровня самоубийств в северной Норвегии, важно знать исторический контекст лапландцев (саамов) в сравнении с остальной частью Норвегии. Начиная приблизительно с 1850-1950 гг. саамы подвергались сильному влиянию со стороны правительства Норвегии. Однако, после дела о плотине на реке Альта, строительство которой должно было привести к затоплению земель саамов, в ответ на протесты против этого проекта был принят Закон о саамах. Это было в 50-е гг. прошлого века, и с тех пор саамский народ переживает период большей независимости от норвежского правительства.

После введения в действие Закона о саамах многие образованные норвежцы, которые работали в саамских районах и вели занятия для молодежи: музыкальные школы и спортивные команды, – начали уезжать из тех мест в связи с нарастающим предвзятым отношением к людям несаамского происхождения. Это привело к соответствующему уменьшению количества полезных дел, которыми могла бы заниматься молодежь.

**Профилактика самоубийств в Норвегии**

Следует отметить, что уровни самоубийств среди саамов гораздо ниже, чем среди других коренных народов в других странах мира. Это может объясняться тем, что саамы в общем имеют уровень жизни, близкий к уровню жизни остального населения Норвегии. Принятие Закона о саамах привело также к культурному обновлению за последние сорок лет.



Имеющиеся сегодня в Норвегии ресурсы профилактики самоубийств включают службы по вопросам детской и юношеской психиатрии и общенациональный телефон доверия. Университет Осло предлагает курс обучения на степень магистра по профилактике самоубийств. Проблемой в среде саамов однако, стал подъем в молодежной среде культуры «мачо», а также активизация деятельности банд. Культура «мачо» привела к уверенности, что мужчина должен всегда быть силен и не показывать слабости, а это может привести к тому, что мальчики начинают неловко себя чувствовать, пытаясь выразить свои чувства.

**Канада**

Винтер Куликтана, президент Инуитского приполярного молодежного совета в Канаде

**Исходные данные по самоубийствам среди канадских инуитов**

В Канаде уровень самоубийств среди инуитской молодежи превышает средний уровень по стране, и лица мужского пола составляют почти 80% от общего количества самоубийц<sup>33</sup>. Такая историческая травма, как школы-интернаты прошлого века, была отмечена в качестве значительного фактора, определяющего высокий уровень самоубийств среди инуитов. Канадское правительство начало создавать эти школы-интернаты в 1840-х гг., а последний интернат был закрыт в 1996 г.<sup>34</sup> Школы-интернаты забирали детей из родных общин и пытались обучить их западным ценностям. В этих школах детям не разрешалось говорить на родном языке,

а по-английски многие дети тоже не умели говорить. В дополнение к этому имели место жалобы на то, что в интернатах имела место сексуальную и физическую эксплуатацию. В результате выросло целое поколение канадских инуитов, которые не имели возможности выразить свои мысли и чувства посредством языка и были обучены не поддерживать свою традиционную культуру и ценности. В настоящее время дети и молодежь расплачиваются за травму, понесенную поколением родителей, тем, что они не могут полноценно и спокойно общаться с родителями и людьми этой возрастной группы, что может приводить к непониманию и уменьшению возможности передавать информацию о культурном наследии грядущим поколениям.

Повышение самооценки путем молодежной деятельности  
Один из путей помощи молодым людям стать самостоятельными и инициативными и повысить собственную самооценку состоит в том, чтобы предоставить им возможность участвовать в деятельности за пределами школы, заниматься спортом, участвовать в культурных и общественных мероприятиях, заниматься искусствами. Ниже приводится лишь один пример того, какую силу имеют дела молодежи в профилактике самоубийств.

**«Команда Гризли»**

Команда для игры лакросс в Куглуктуке – «Команда Гризли»<sup>35</sup> – лишь один пример того, какой силой может стать игра для изменения отношения юношества к жизни. До того, как была основана команда по лакроссу, в Куглуктуке был один из самых высоких уровней самоубийств по всей Канаде, однако после того, как Росс Шепард основал в конце 1990-х гг. команду, уровень самоубийств среди молодежи резко упал в пределах этого города. В настоящее время «Команда Гризли» является инициативой, опирающейся на школы, что предоставляет учащимся возможность заниматься множеством видов спорта при условии, что они поддерживают здоровый образ жизни, имеют 80% посещаемости в школе и успеваемость не ниже 7 из 10 баллов<sup>36</sup>.

33 «Инуитские подходы к профилактике самоубийств» Инуит Тапирит Канатами: <http://www.itk.ca/Inuit-Approaches-to-Suicide-Prevention>

34 «Список фактов о школах-интернатах». Ассамблея Первых Народов: <http://www.afn.ca/article.asp?id=766>

35 См. документальный фильм о Команде Гризли на сайте: <http://www.youtube.com/watch?v=32vBv0-rA0Q>

36 «Северная легенда о Гризли». Контакт в сообществе: Manitoba Aboriginal and Northern Affairs. Dec. 2005

Несмотря на то, что создание спортивных команд, клубов и других ученических и молодежных организаций не является единственным методом решения проблемы молодежных самоубийств, эти организации могут быть эффективным способом обеспечения молодых людей целями и чувством причастности к общине и ответственности перед ней, что придает больше смысла жизни. Они дают им место для выражения собственных чувств и отвлекают их мысли от других возможных проблем.

Возможно, самым главным является то, что увеличение количества организаций, подобных «Команде Гризли», внутри малых общин является достижимой целью. Любой населенный пункт, любая группа людей создавать их без больших денежных затрат и без значительной помощи извне.



В течение выходных дней был снят документальный фильм о работе молодежного семинара. Он будет доступен для просмотра в 2010 г.



### Рекомендации Секции 1

#### Многообещающая практика в Арктике: Благодаря чему она эффективна?

- Независимость суждений очень важна для работы в этой области. Все инициативы должны развиваться в партнерстве с общинами, так как решения находятся в самих людях и не могут прийти из-за пределов общины. Поэтому очень важно, чтобы общины главный приоритет видели в превентивных проектах.
- Жизненно важно относиться с уважением к людям и их культуре, и признавать что каждая деревня имеет свой собственный характер. Взаимное уважение между всеми сторонами, вовлеченными в проект, является очень важным.
- Проекты должны быть культурно обоснованы, так как излечение лежит в культуре.
- Профилактика самоубийств – это длительный процесс, включающий поощрение здоровья, психического, физического, общественного и духовного здоровья – холистического благополучия. Увеличивая благополучие, мы уменьшим уровень самоубийств.
- Важно сосредоточить внимание на жизни, а не на самоубийстве, избрав жизнеутверждающий фокус в профилактике самоубийств. Превентивные программы должны быть сосредоточены на жизни и благополучии, а не на самоубийстве и смерти.
- Для успеха программы профилактики самоубийств важно определить общественную готовность. Следует встречаться с людьми там, где они живут.
- Важен всесторонний подход к программам профилактики самоубийств, он должен сочетать понятия предотвращения, коррекционного воздействия и последующего поддержания.
- Нам нужно учиться друг у друга и проявлять щедрость, делаясь собственными знаниями. Мы можем учиться у других коренных народов, переживших историческую травму. Этот семинар должен выйти за рамки обмена идеями; нам надо извлекать уроки из успехов других.

#### Подходы, основанные на сильных сторонах – надежда и жизнестойкость в практической работе

- Самоубийство несовместимо с ценностями жизни – традиционными ценностями. Программа должна строиться на традиционных ценностях. Молодые люди познают ценности из жизни – не из чтения. Диалог между поколениями и взаимопонимание между старейшинами и молодежью являются очень важными факторами. Как новые знания молодежи, так и традиционные знания старейшин привносят важные аспекты в понимание мира. Вследствие этого старейшины могут сыграть особую роль. Однако важно понять, как в действительности обстоят дела, и признать реальность. Многие взрослые и старейшины сами пережили травму. Само по себе достижение определенного возраста еще не делает вас образцом здоровья. Итак, в профилактике самоубийств важен фокус как на молодежи, так и на старейшинах.

#### Партнерство и междисциплинарность

- Очень важно строить партнерство на взаимном уважении. Самоубийства – проблема, касающаяся каждого, и каждый должен принять участие в поиске ее решения.
- Еще более важно для успешности профилактической программы или инициативы не допустить диспропорции власти. Важно использование местных специалистов; местная мудрость должна быть признана в сотрудничестве, например, со знаниями, приходящими из-за пределов общины. Совместная работа – традиционный инуитский путь.
- Чувствуется потребность в увеличении сотрудничества в этой области. Сотрудничество с разнообразными организациями, работающими над профилактическими программами и инициативами, может быть полезно и плодотворно для работы и внесет вклад, представив различные аспекты, перспективы, знания и технологии.
- Требуется больше ресурсов (материалов, идей, энергии, людей, информации)

#### Документация практики

- Важен творческий подход к тому, как мы оцениваем профилактику самоубийств: самоубийство является сложным явлением, и трудно оценить эффект коррекционных мероприятий, так как множество факторов нам неподвластно. Требуется всесторонний и творческий подход к тому, как составляются отчеты по результатам, и необходимо учитывать социальный контекст наряду со статистикой.
- Важно обратиться к долговременным программам профилактики самоубийств и признать, что не следует ожидать мгновенных результатов, таких как резкое снижение уровня самоубийств на следующее утро после принятия программы. Оценка, следовательно, должна быть ориентирована на процесс, а не на результат. Важно получить обратную связь от самих людей.
- Примером отличающегося метода оценки является использование ключевого информатора, который оценивает проект, потратив время и поговорив с участвующими в этом проекте людьми.
- Важно помнить, что качественные данные могут привести к формированию новых инициатив.

## Рекомендации Секции 2

### Фокус на благополучии детей

- Принимая во внимание все, что мы знаем о происходящем в Арктике, и все, что мы знаем о демографической ситуации на приполярном Севере, мы ощущаем потребность в общем акценте на благополучии детей, включая такие темы как жизнестойкость, защитные факторы, социальная политика и коррекционные воздействия. Особенно сильное впечатление на группу произвел один пример того, каким потенциалом в создании условий для позитивных изменений в обществе могут иметь исследования. Это очень важная работа, проводимая сегодня Центром документирования по делам детей и молодежи (MIPJ) в Гренландии, которая затрагивает такую деликатную тему, как сексуальная эксплуатация детей.

### Обобщающий обзор литературы по самоубийствам в околополярном регионе

- Имеется потребность в обобщающем обзоре важных исследований по самоубийствам в околополярной зоне. Такой обзор должен включать данные об усилиях по профилактике самоубийств, которые оказались успешными, и мог бы быть выполнен по поручению Арктического Совета.

### Исследования, сосредоточенные на поиске решений

- Требуется сделать упор на подходы, проверяющие теорию через решения. Например, исследователь может разработать коррекционную процедуру, которая может послужить испытанием теории, таким образом принося пользу сообществу, а не только тестируя абстрактную идею. Это подчеркивает важность исследований, которые дают отдачу общинам и участникам исследований.

### Документирование и оценка

- Нужно документировать программы и все то, что делается сегодня по всем арктическим странам. Это подчеркивает важность описательных и формирующих оценок программ и политики, а также общей оценки результатов.

### Объединение науки и политики

- Особенно нужны сейчас исследования по политике, и в частности сопоставительные исследования по различным в разных странах подходам к социальной политике, которые могут прямо или опосредованно сказываться на профилактике самоубийств и поощрении здоровья. Например, различные национальные подходы к ограничению доступа к средствам самоубийств, к примеру, организация безопасного хранения огнестрельного оружия в целях предотвращения самоубийств, предоставляют один пример, когда местные сообщества могут узнать о средствах решения проблем друг у друга.

### Объединение науки и практики

- Требуется партнерство с пользователями исследований. Данный тип переводных исследований требует постоянного общения и сотрудничества между исследователями и практиками, с одной стороны, и членами общин, с другой. Такое партнерство может помочь проведению исследований, которые локально релевантны и связаны с местной культурой.

### Приемлемые практики для исследований

- В поиске лучших практик важны и община, в которой проводится практика, и сам исследователь. Какие исследовательские усилия оказываются эффективными в приполярном контексте, будучи при этом основанными на сотрудничестве, участии, наделяя местное сообщество функцией управления и предоставляя результаты исследования, получившие местную оценку? Следует навести мосты между системами знаний в культурах коренных народов и культурами приполярных общин и научной культурой.

### Двойное напряжение

- Мы наблюдаем два напряженных момента в научных подходах к профилактике самоубийств. Эти моменты часто теоретически представляют как противоположные; однако необходимы оба подхода.
  - Общественное здравоохранение в противопоставлении клинической практике. Необходимы исследования, проводимые с позиции общественного здравоохранения, посвященные социальным детерминантам самоубийств. Это включает такие темы как историческая и непосредственная травма, колониальный статус, социальная переменная, социоэкономические стрессовые факторы, культурные изменения и изменения в гендерных ролях. В то же время требуются исследования, способные выявить приемлемые практики удовлетворения потребностей людей с острым риском самоубийства.

- Глобальное в противопоставлении локальному. Необходимо отделять существующие исследования от других местных сообществ коренного населения и от мест проведения исследований в других странах, что релевантно для Арктики. Что не следует повторять исследователям в других местах? К примеру, мы знаем, что эксплуатация детей деструктивна и подвергает человека повышенному риску. Следовательно, для понимания социальных проблем, вызываемых сексуальной эксплуатацией, в расширении исследований в данной области сейчас необходимости нет. Зато сейчас нам надо стать более открытыми, чтобы распознать, в каких случаях результаты общих исследований приложимы к арктическим условиям, а когда данные исследований не являются экологически релевантными. Это поможет перестать постоянно адаптировать неэффективные теории и программы, а вместо этого использовать исследования для поиска решений. Особым примером того, чего недостает в основном потоке исследований, проводимых за пределами арктической зоны, является вопрос определения хорошего качества жизни; как местное население понимает благополучие? Каковы местные рецепты жизнестойкости в развитии молодежи?

#### **Сеть приполярных исследований по проблеме самоубийств**

- Необходимо улучшать коммуникацию между исследователями проблемы самоубийств в околополярном регионе. Слишком многие из нас работают в национальной обособленности, без общения с коллегами из других арктических регионов. Нужен форум, который сведет вместе членов местных сообществ, профессионалов и политиков с учеными. Виртуальная связь может послужить временным мостом, однако встречи лицом к лицу каждые два года продвинут исследования и практику далеко вперед.

### **Рекомендации Секции 3**

#### **Всесторонние подходы**

- Имеется общая потребность в повышении самооценки людей и в концентрации внимания на ценности жизни.
- Требуется больше превентивной работы в отношении более суровой среды в обществе; нам всем нужно научиться лучше слушать друг друга.
- Важно сочетать тренировку тела, разума и души, и они должны развиваться в равной мере, как целое.
- Имеется общая потребность в увеличении профилактики наркомании.
- Необходимо основать центр консультирования пар и службу консультационной помощи родителям по воспитанию детей.

#### **Молодежные подходы**

- Имеется потребность в увеличении поддержки инициатив, предлагаемых молодежью, со стороны общества.
- Все учащиеся в школах должны иметь возможность получить консультацию по своим проблемам. Имеется потребность в создании рабочих мест психотерапевтов во всех школах для консультирования учеников (как, например, в школах Илулиссата).
- Использование церквей должно быть сделано более адекватным и более доступным и приспособленным к нуждам молодежи.

#### **Привлечение всех поколений**

- Желательно вовлекать старейшин и родителей в участие в проектах и решение проблем в обществе, так как они являются источником огромной силы, которая нам нужна.
- Таким образом, следует призывать старейшин и родителей более активно участвовать в любых социально ориентированных проектах в общине.
- Имеется потребность в укреплении взаимодействия между родителями и их детьми и помощи им в том, чтобы быть более открытыми в обсуждении своих проблем.

#### **Укрепить профессионалов**

- Требуется больше возможностей для обучения, которые должны быть более гибкими, с финансовой поддержкой для работников социальных служб и других профессионалов, работающих в данной области.
- Необходимо оказывать больше поддержки профессионалам данной области в их работе со стороны как общин, так и государства.
- Следует укреплять целевые рабочие группы, занимающиеся борьбой с запущенностью и эксплуатацией детей и помощью жертвам насилия, сексуальной эксплуатации, алкоголизма и наркомании.

**Документирование практики**

- В Гренландии уже имеются хорошие профилактические инициативы, однако требуется продолжить работу по оценке того, что является эффективным.

**Координация и партнерство**

- Имеется потребность в большем количестве координаторов в области профилактики самоубийств.
- Следует подчеркнуть, что алкоголизм, пренебрежение, насилие являются аспектами в нашей социальной работе. Таким образом, нам следует включить все эти взаимосвязанные аспекты в профилактику самоубийств, и необходимы более скоординированные усилия во всей этой области.
- Было бы полезно учредить межарктическое общение/сотрудничество для обмена идеями и опытом.

**Рекомендации Секции 4 – Молодежного семинара**

Молодые участники разделились на три группы для дискуссий в малых группах за круглым столом о том, что молодежь, специалисты, профессионалы и политики могут сделать для улучшения благополучия молодежи Арктики. Каждая группа обсуждала проблему: «Что может быть сделано на местном, региональном, национальном и международном уровнях для пропаганды жизни в странах Арктики?» Ниже следуют рекомендации по результатам этих групповых дискуссий:

**Группа 1**

- Требуется больше финансирования для лечения алкоголизма и наркомании.
- Следует создать послания надежды и разместить их в общественных местах, где люди обычно проводят время в ожидании (автобусные остановки, залы ожидания и т.д.)
- Молодым людям надо предоставить средства урегулирования трудных ситуаций и собственных чувств, дать им навыки решения проблем и научить их ставить перед собой цели.
  - Молодежи нужны ежедневные хорошие примеры.
  - Надо создать семинары по навыкам общения в области искусства, спорта, речи.
- Надо укреплять в молодежи самоосмысление и КУЛЬТУРНУЮ ИДЕНТИЧНОСТЬ
  - Нужно понимать и использовать язык, охоту, рыбалку, историю, умение открыться навстречу глобализованному миру, а также инуитскую духовность.
- Создать лагерь для взаимодействия молодежи и старейшин на природе.
- Создать международные лагеря с обучением работе с мультимедийными средствами.
- Развивать межкультурные и национальные обмены внутри арктических стран и между ними.
- Развивать возможности для молодежи заниматься музыкой и сочинением песен.
- Диалог между взрослыми и молодыми: «Слушай!»
- Взрослым надо понять различия между формальным и заработанным авторитетом.
- Требуется больше финансирования на профилактику самоубийств.
- Необходима открытая информация по процессу колонизации и том, как она может сказываться на поведении.
- Следует делать больший упор на охотников и рыболовов, и нужно уважать их.
- Учителей надо обучать навыкам общения, и курсы по профилактике и распознаванию риска самоубийств должны стать обязательными.
- Следует разработать учебный план, основанный на инуитской культуре, чтобы преподавать историю инуитов по всем странам Арктики; связи между арктическими народами.
- Требуется больше общественного понимания исторической роли самоубийств в инуитской культуре.

**Группа 2****Местные стратегии**

- Создание молодежных групп внутри общин с заявленными целями:
  - Проводить сбор средств через различные проекты, особые для различных целей.
  - Члены общин различных регионов должны проводить собрания для обмена идеями о проектах.
  - Группы должны ежемесячно выступать по радио, рассказывая о том, что они делают.
  - Проводить кампании и рассылать материалы по разным странам.
  - Проводить вечера обсуждения по темам, интересующим молодежь.
- Создавать школьные и молодежные предприятия для зарабатывания средств на спортивные или культурные программы.
- Создавать молодежные менторские программы и сети.

**Национальные стратегии**

- Создать аборигенные программы хороших примеров (менторская программа в Канаде может служить образцом)
- Больше пропаганды, коммуникации и рассылки материалов в международном масштабе по инуитским группам для обмена идеями и информацией
- Проводить пропаганду и обмен идеями через сайт Инуитского приполярного молодежного Совета:
  - предоставлять полезные ссылки
  - проводить в своей стране игры между странами.

**Группа 3**

- Необходима координация на всех уровнях всех организаций, как национальных, так и международных.
- Нужно больше работников, способных концентрировать внимание: консультанты и другие работники в области профилактики самоубийств должны лучше оплачиваться, чтобы проекты продолжались.
- Учредить проект «Сапиик» по всей Гренландии и по всей Арктике
- Начать регулярное воздушное сообщение между Гренландией и Аляской/Канадой, чтобы молодые люди могли ознакомиться со всеми областями Арктики.
- Защищать жизнь на положительных примерах.
- Требуется больше скоординированности между регионами Гренландии.
- Следует иметь молодежную базу в каждом сообществе! Сделать ее местом встречи молодых работников социальных служб.
- Активизировать родителей и направить их на помощь детям.
- Работать со школами и проводить дни активности хотя бы раз в месяц. Требуется больше коммуникации между учителями и учениками. Открывать школьную территорию после окончания занятий, чтобы молодежи было куда пойти.
- Обеспечить в малых общинах возможности заниматься более широким диапазоном видов спорта и других дел
- Признавать заслуги волонтеров, работающих над профилактикой самоубийств, чтобы сделать их «работу» более привлекательной.

**Молодежное послание с рекомендациями**

Когда молодые люди присоединились к остальным участникам семинара, они произвели глубокое впечатление, исполнив Песню Жизни:

*Вот песня жизни  
Начинается день  
Вместе с рассветом  
И тебе нужно проснуться  
Навстречу дням, которые придут*

После музыкального представления они зачитали послание с рекомендациями, после чего было продемонстрировано несколько мультимедийных проектов, созданных молодежью Арктики и показывающих их взгляд на надежду и жизнестойкость.

**Дамы и господа,**

*Благодарим вас за внимание к нашим сообщениям, надеемся на продолжение сотрудничества в будущем. Мы, представители молодежи околополярного региона, встретились вчера для обсуждения проблемы самоубийств в среде молодого коренного населения Арктики. Хорошо известно, что уровни самоубийств среди коренных народов Арктики находятся среди самых высоких в мире. Картина самоубийств в Арктике отлична от того, что наблюдается в более южных регионах, поскольку в Арктике именно молодые люди решаются покончить с собой наиболее часто.*

*Имеется множество статистических данных о том, кто совершает самоубийства, а также много гипотез о том, почему, в частности, молодые люди убивают себя с такой вызывающей тревогу частотностью. Сегодня, однако, мы пришли, чтобы рассказать вам, какой путь мы считаем оптимальным для поддержания жизни в Арктике. Поработав*



Послание с рекомендациями, представленное молодежью

вчера вместе, мы поняли, что мы все сталкиваемся с похожими проблемами и возможностями, и у нас имеется огромный потенциал, чтобы работать вместе для достижения общих целей. После множества докладов, дискуссий и семинаров, проведенных вчера, мы составили следующие рекомендации, предлагаемые вам для рассмотрения:

Чувство культурной самобытности утрачено молодыми представителями коренных народов, и надо его восстановить. Обладание знаниями о собственном культурном наследии повышает самооценку. Чтобы достичь этой цели, следует увеличить взаимодействия молодежи и старейшин. Школьная программа должна быть культурно релевантна. Например, учащиеся могли бы отправиться вместе на рыбалку, а потом научиться правильно разделывать рыбу. Рыбу можно было бы принести назад в класс, и ученики могли бы изучить анатомию и рассмотреть эту рыбу под микроскопом. Необходимо сделать акцент на изучение истории инуитов в школах. Дискуссионные вечера и дни культуры должны проводиться не только для молодежи, но для всего города. Такие мероприятия могут быть посвящены широкому кругу проблем, однако для понимания культуры и истории важен открытый диалог.

Молодежи требуется больше возможностей для занятий по интересам. Нужно больше молодежных клубов в малых городах и поселках. Существующие сегодня молодежные клубы предназначены большей частью для самых юных, но подростки и молодые взрослые могли бы также пользоваться этими клубами. Надо создать более широкий диапазон спортивных команд. Участие в спортивных командах не только повышает самооценку и улучшает здоровье; тренеры являются ключевыми фигурами, к которым могут обратиться молодые люди в случае столкновения с проблемами. Нужно увеличить возможности художественного самовыражения. Танцевальные группы, музыкальные клубы, журналистские организации, изобразительные искусства помогают молодежи выразить себя нетрадиционным образом. Создание с помощью учебных заведений предприятий, управляемых учащимися, могло бы принести разнообразную пользу. Эти бизнесы могли бы не только зарабатывать деньги для финансирования таких спортивных команд, молодежных клубов и культурных мероприятий, но они предоставили бы студентам цель, к которой надо стремиться, и повысили бы их самооценку. Сеть молодежных менторов, уже существующая в Канаде, должна быть приспособлена и к другим регионам. Эти менторы могут помочь мотивировать молодых людей и дать им надежду и человека, с которым можно поговорить.

Молодые люди не знают о существующих ресурсах, которые могут помочь им справиться с депрессией и мыслями о самоубийстве. Следовательно, требуется больше знаний о существующих телефонах доверия, центрах помощи, консультантах и других ресурсах, а также необходимо создавать такие ресурсы там, где их пока нет. Чтобы иметь эффективные профилактические программы, следует создать централизованные молодежные базы, работающие в качестве стартовой площадки для распространения таких программ и ресурсов – децентрализованная, неформальная сеть защитников-волонтеров не в силах эффективно предотвращать самоубийства. Подготовка учителей по приемам распознавания депрессий должна стать обязательной, и информация о номерах телефонов доверия и других ресурсах должна шире пропагандироваться и размещаться в общественных местах, таких как молодежные клубы и автобусные остановки.

Наконец, должно быть усилено сотрудничество между молодежными организациями разных арктических стран. И чтобы сделать это, нам нужны финансовые ресурсы, работники и координационная инфраструктура. Вот та область, где нам действительно нужна ваша поддержка и помощь. Совместная работа с молодежью других арктических стран увеличит культурную самобытность, разовьет самосознание и самооценку, увеличит личную ответственность и поможет молодежи реализовать свой потенциал, чтобы добиться успеха в достижении своих мечтаний, целей и стремлений. Эти мероприятия не обязательно должны быть чисто спортивными, как Арктические Зимние Игры, они могут также быть играми через интернет, культурными обменами, фестивалями фильмов и соревнованиями в пределах Арктики с признанием победителей и вручением наград.

После этой конференции Инуитский Приполярный Молодежный Совет и Национальный Инуитский Молодежный Совет Канады планируют обновить свои интернет сайты с целью увеличить общение между инуитскими молодежными организациями и создать арктическую сеть, с помощью которой молодежь из всех арктических стран могла бы обмениваться мыслями и опытом. Мы надеемся, что это будет лишь началом фундаментальных изменений в том, как молодые люди в странах Арктики видят себя и узнают себя в молодежи других стран. Мы надеемся, что с вашей поддержкой наши рекомендации могут быть претворены в жизнь в регионах приполярного Севера, и это поможет стимулировать жизнь молодежи в Арктике.

Спасибо за внимание!



Живописные полотна гренландского художника Никку Олсена были вручены молодежи представителям арктических регионов.

### Открытая экспертная дискуссия

Открытая экспертная дискуссия явилась одновременно и заседанием для вопросов и ответов, в котором приняли участие политики, должностные лица и представители молодежи Аляски, Нунавута, Гренландии и норвежской Лапландии.

Нам нужно соединить причины самоубийств, такие как заброшенность и сексуальная эксплуатация в детстве, с профилактикой. Если это причины, тогда вот куда нам следует приложить максимум усилий, продолжала Малиина Абельсен, и нам следует сосредоточить



Слева направо: Вильям Хоган, член комиссии Департамента здравоохранения и социальной службы, Аляска, США; Малиина Абельсен, министр социальной политики Гренландии; Джек Хикс, докторант Университета Гренландии; Асии Хемнитц Норуп, мэр регионального муниципалитета Нуук



Представители молодежи, включенные в дискуссионную группу, слева направо: Джесси Майк, президент Совета «Выбираем Жизнь»; Аили Лауэ из молодежного национального совета «Сорлак» в Гренландии; Элизабет Хенсли, бывший сопредседатель Инуитского приполярного молодежного совета на Аляске; Карл-Гёран Ларссон, саамский журналист, Норвегия.

Ниже следует отредактированная версия вступительных слов, вопросов и ответов, прозвучавших во время экспертной дискуссии. Каждому участнику группы было отведено 5 минут для короткого выступления в дискуссию.

#### Введение

Министр социальной политики Малиина Абельсен открыла групповую дискуссию кратким введением, в котором она отметила важность претворения знаний в политику. Если мы знаем, что в самом тяжелом положении находятся молодые мужчины – тогда, возможно, нам следует обратить внимание на гендерные роли, подчеркнула она. Мы должны спросить: «Из-за чего так трудно быть мужчиной в общинах коренных народностей? Что представляет трудности в школьной системе?»

внимание на том, как мы можем преобразовать наше знание о причинах в политику. Она отметила необходимость:

- Обратить внимание на то, как мы встречаем наших детей и молодежь, столкнувшихся с проблемами на ранней стадии.
- Оценить то, что мы делаем, и посмотреть, эффективно ли это.
- Разработать всеарктическую систему оценки и обмена опытом исходя из общих черт.
- Сфокусировать политику на проблемных областях.
- Сосредоточиться на благополучии, а не на самоубийстве.

Джесси Майк кратко представилась и поддержала мысль Малиины Абелсен о том, что сосредоточиваться следует на благополучии. Она сказала, что нечасто приходится слышать, чтобы политик подчеркивал данный аспект проблемы.

Мэр Нуукского регионального муниципалитета Асии Хемнитц Норуп вступила в дискуссию, предложив собственный взгляд с точки зрения матери, а не только профессионала. Большинство семей в нашей части мира в той или иной мере столкнулись с самоубийством, поэтому нам надо объединить наши силы для решения этой проблемы. Нам следует вовлекать молодежь в нашу работу и помогать молодым реализовать их огромную ценность для общества. На молодежи лежит ответственность за будущее, и то, как будет развиваться жизнь, зависит в большой мере от вас, сказала Асии Хемнитц Норуп, обращаясь к молодым участникам.

После Асии Хемнитц Норуп выступила Аили Лауэ, которая согласилась с тем, что надо сосредоточиться на благополучии. Если основной причиной самоубийств является заброшенность детей, нам надо работать, чтобы прекратить это, сказала она. Но нам также нужно осознать, что неизбежно столкновение с проблемами в течение жизни, и мы должны понять, что это нормально, и говорить об этом тоже является нормальным. Следовательно, мы должны сосредоточиться на том, чтобы дать молодым людям средства, которые им помогут справляться с проблемами в течение жизни.

Билл Хоган в своем вступительном слове подчеркнул необходимость сосредоточить внимание на школах. За время семинара мы услышали несколько очень хороших идей. Тренерство и менторство важны, и нам следует изменить название программ предотвращения самоубийств, представив их как программы по благополучию. Билл Хоган напомнил об исследовании Лизы Векслер 2006 года, посвященном тому, как взрослые люди относятся к самоубийствам. Исследование показало, что взрослые обычно считают, что молодые люди убивают себя, потому что им скучно, и, следовательно, решением проблемы является вовлечение молодежи в проекты. С другой стороны, молодые люди говорят, что они убивают себя из-за стресса, и, следовательно, решением является заставить старших слушать. Это демонстрирует потребность в формализации вовлечения молодых людей посредством закона.

Когда мы работаем, нам надо работать с семьей. Исходя из моего опыта, я знаю, что семьи оставляют детей у консультанта и отправляются за покупками. После этого они ожидают, что психотерапия «исправит» проблему. Однако в 9 случаях из 10 как раз родители и являются частью проблемы, заявил Билл Хоган в заключение своего вступительного слова.

Элизабет Хенсли рассказала, как родители научили ее тому, что жизнь – это связи, и большинство инуитов живут духовной жизнью. Мы устраиваем большое количество мероприятий, где молодые люди могут поделиться своим искусством и творческими способностями, чтобы пропагандировать жизнь, и многие молодые люди в настоящий момент ощущают импульс – люди куда-то движутся. Международные связи будут очень полезны в будущем, они уже принесли пользу, заключила Элизабет Хенсли. После этого семинара мы организуем ряд мастерских в деревнях для детей, чтобы помочь им.

Джек Хикс подчеркнул важность организации межарктических связей. У нас так много общего, несмотря на различия, сказал он. И мы должны оставаться практичными и реалистичными в наших подходах. Проекты очень хороши, но нам нужно оставаться рассудительными и реалистами и не думать, что проблемы решаются только путем проектов типа создания команды по лакроссу, несмотря на то, что это великолепная идея.

Роль правительства жизненно важна, поскольку правительство имеет возможность помогать общинам. Штат Миссиссиппи, США, недавно обязал учителей согласно закону пройти 2 дня инструктажа о том, как обращаться со случаями суицидального поведения. Нам нужно учиться на таких примерах, предложил Джек Хикс.

Карл-Гёран Ларссон подхватил мысль Аили Лауэ и подчеркнул, что молодежи важно научиться понимать, что плохо себя чувствовать – это нормально. Мальчикам не разрешают выражать свои чувства, сказал он, но в действительности нам нужно знать, что нет ничего из ряда вон выходящего в том, чтобы потерпеть неудачу. «И нам нужно вовлекать в деятельность больше мальчиков», заключил Карл-Кристиан Ольсен.

#### Обсуждение

Каждый из участников подготовил заранее вопрос для группы. Первый вопрос был задан молодежью и адресован должностным лицам.

#### Вопрос 1: Охота с целью жизнеобеспечения очень важна. Как вы относитесь к пропаганде охоты и рыбалки и влиянию их на людей?

- Малиина Абельсен: Часто молодые мужчины представляют риск, но почему именно молодые мужчины? Некоторые исследования показывают, что сыновья рассматривались как семейная страховка, и поэтому мальчиков растили по-другому, однако им не вручают средства, чтобы справиться с современной жизнью. Почему у девочек лучше получается адаптация? Может быть, у нас сложился образ сильного мужчины, и мы не позволяем им расстраиваться? Девочки могли воспитываться по-другому и, может быть, поэтому им легче адаптироваться.

- Билл Хоган: Охота и рыбалка используются в работе по реабилитации и лечению алкоголизма и наркомании. Деятельность, имеющая культурную ценность, важна в помощи людям. В нашей работе по психическому здоровью мы надеемся использовать охоту и рыбалку для помощи психически больным влиться назад в общество и иметь возможность добывать средства к существованию
- Асии Хемниц Норуп: Мы живем в Арктике, где есть животные и рыба. Наше море похоже на холодильник. Если мы действительно используем эту возможность, данную нам природой, мы сможем сократить импорт продуктов питания до минимума.

Нижеследующие вопросы 2, 3 и 4 были поставлены политиками и должностными лицами перед молодежью.

**Вопрос 2: почему молодые мужчины являются группой риска?**

- Карл-Гёран Ларссон: Потому что нам не позволено иметь чувства.
- Элизабет Хенсли: Женщины издавна заботились о доме; мужчины уходили на промысел. Теперь мужчинам надо уходить и устраиваться на работу, но это означает, что вы должны оставить свою семью. Часто слышен и другой взгляд на эту проблему: стало слишком легко оставаться в деревне и не работать.
- Аили Лауэ: Мужчинам следует приспособиться, а женщины привыкли оставаться дома. Мужчинам надо уходить на простор и давать выход агрессии. Мужчины должны выражать свои чувства.
- Джесси Майк: Родителям следует научить своих мальчиков справляться с проблемами. Может быть, матери оберегали своих сыновей от трудностей. И так, нам нужно обеспечить мальчиков навыками, которые помогут им справляться и быстро реагировать, когда они в беде!

**Вопрос 3: Знаете ли вы, куда обратиться, когда кто-либо желает совершить самоубийство?**

- Карл-Гёран Ларссон: Я бы знал, где найти помощь, но это становится гораздо труднее, когда друзья просят вас никому не говорить, что они замышляют самоубийство.
- Элизабет Хенсли: Центр здоровья на Аляске довольно широко известен, но не все люди в общинах знают о нем, либо им до него слишком далеко.
- Аили Лауэ: Приходит в голову только гренландский телефон помощи (146), а потом, конечно, отдел здравоохранения и социальной работы.

**Вопрос 4: Каковы 3 самых важных фактора, чтобы предоставить молодежи доступ к хорошей жизни?**

- Аили Лауэ:
  - Обучить молодежь самоосмыслению.
  - Создать возможность деятельности, например, спорт, искусства, музыка
  - Нам следует лучше справляться с ситуациями и решать проблемы, а чтобы справиться с ними, мы должны открыто их обсуждать.
- Элизабет Хенсли:
  - Ценности Инупиак – это список из 17 пунктов, которые позволили нам выжить. Среди этих пунктов я бы подчеркнула знание языка, уважение, уважение культуры.
- Карл-Гёран Ларссон:
  - Ощущение достижения цели в детстве
  - Чувство самосознания, когда становишься старше и должен понять, кто ты есть.
  - И чувство, что ты нужен.
- Джесси Майк:
  - Самосознание – это ключ к пониманию того, кто ты есть.
  - Помочь понять, что чувствовать, будто вокруг полная темнота – но это не страшно, ведь ты не одинок.

После дискуссии между политиками, должностными лицами и представителями молодежи зрителям предоставили возможность задать вопросы членам группы.

**Вопросы из зрительного зала**

**Вопрос представителям молодежи: Как вы воспринимаете конфликт с законом? Что могут предпринять правоохранительные органы?**

- Джесси Майк: Нужно, чтобы было доверие между правоохранительными органами и молодежью, чтобы мы знали, что работаем вместе. Когда мы работаем как сообщество, представитель системы охраны правопорядка должен быть человеком, которому ты можешь доверять, поэтому мы определенно должны работать вместе.
- Аили Лауэ: Полиция в Гренландии стала частью проекта борьбы против насилия. Полицейские говорили о предотвращении насилия в государственных школах первой ступени, и это может стать основой хороших взаимоотношений.
- Элизабет Хенсли: На Аляске есть полицейские, но только около 50 полицейских на 150 общин. Хотелось бы помочь племенам учредить собственные органы правопорядка.

- Карл-Гёран Ларссон: Правоохранительные органы должны показать, что они существуют не только для того, чтобы указать тебе, что ты сделал что-то неправильно, но и для того, чтобы помочь тебе.

**Вопрос/комментарий для Асии Хемнитц Норуп:**  
**Очень важно то, чтобы Вы использовали вверенные Вам деньги для создания системы образования, основанной на наших культурных ценностях как коренного народа. Пожалуйста, откройте школы, основанные на наших ценностях коренного народа.**

- Асии Хемнитц Норуп: Наши ценности должны быть интегрированы в нашу повседневную жизнь. В 2010 г. муниципалитет Сермерсоокъ (Средняя Западная и Восточная Гренландия) использует деньги для пропаганды культурных ценностей и организации мероприятий и деятельности. Благодарю Вас за это предложение.

**Вопрос для разработчиков политики и политиков:**  
**Жизнестойкость и надежда являются фокусом данной конференции. Сексуальная эксплуатация была упомянута как одна из причин самоубийств – имеются ли в Канаде и на Аляске какие-либо предложения по лечению – особенно для мальчиков?**

- Джек Хикс: Ничего, что соответствовало бы масштабу этой проблемы.
- Билл Хоган: Бытовое насилие и сексуальная эксплуатация были включены в повестку дня. Но у нас нет профессионалов, чтобы справиться с этими проблемами.
- Малиина Абельсен: Мы создаем центр для лечения детей, подвергавшихся сексуальной эксплуатации, но нам также трудно найти работников, поэтому нам, возможно, придется начать с небольшого центра либо передвижного центра.
- Асии Хемнитц Норуп: В 2010 г. муниципалитет Сермерсоокъ открывает семейный центр для семей, имеющих проблемы.

### **Заключительные замечания**

Не часто случается, чтобы представители молодежи, политики и должностные лица получили возможность собраться и обсудить важную проблему общего благополучия и предотвращения самоубийств, несмотря на то, как важен такой диалог. Открытая экспертная дискуссия завершила семинар динамическим диалогом. Диалогом, который, мы надеемся, участники продолжат между собой и с другими представителями молодежи, политиками, профессионалами, исследователями, разработчиками политики, а также внутри общин по всей Арктике.

Данный семинар еще раз показал нам важность междисциплинарного, межведомственного и межарктического диалога. Профилактика самоубийств и, шире, улучшение благополучия, особенно в среде молодежи Арктики, является проблемой, которую мы должны решать в тесном контакте, продолжая обмен знаниями и опытом, сообщая друг другу, что получается в этой работе и что должно быть сделано.

Организаторы семинара искренне надеются, что данный отчет будет продолжать направлять внимание широкой общественности на принцип хорошей жизни, на надежду и жизнестойкость как критически важные аспекты предотвращения самоубийств – как среди тех, кому удалось посетить семинар, так и среди всех интересующихся этой темой.



### For Further Reading - Manuals, strategies and preventive initiatives

#### Alaska:

- Alaska Suicide Prevention Plan: <http://www.hss.state.ak.us/dbh/resources/pdf/SuicidePrevPlan050505.pdf>
- Project Life: [www.projectlifealaska.org](http://www.projectlifealaska.org)

#### Arctic Canada:

- Alianat mental health plan: [http://indigenouspeoplesissues.com/attachments/3422\\_Alainait\\_Action\\_Plan.pdf](http://indigenouspeoplesissues.com/attachments/3422_Alainait_Action_Plan.pdf)
- National Inuit Youth Suicide Prevention Framework: <http://www.niyc.ca/download.php?view.8>
- National Aboriginal Youth Suicide Prevention Strategy (NAYSPS): <http://www.niyc.ca/download.php?list.18>
  - Evaluation Framework for National Aboriginal Youth Suicide Prevention Strategy (NAYSPS): <http://www.sciencesociales.uottawa.ca/crecs/fra/documents/EvaluationFramework-NAYSPS-07-10-26.pdf>
- Embrace Life Council: [http://www.niyc.ca/e107\\_plugins/custompages/elcsiikelc.php](http://www.niyc.ca/e107_plugins/custompages/elcsiikelc.php)
- Acting on What We Know: Preventing Youth Suicide in First Nations: [http://www.hc-sc.gc.ca/fnihh-spnia/alt\\_formats/fnihh-dgspni/pdf/pubs/suicide/prev\\_youth-jeunes-eng.pdf](http://www.hc-sc.gc.ca/fnihh-spnia/alt_formats/fnihh-dgspni/pdf/pubs/suicide/prev_youth-jeunes-eng.pdf)

#### Greenland:

- Proposal for a National Strategy for suicide prevention in Greenland: Greenland: [http://www.paarisa.gl/upload/paarisa/selvmordsforebyggelse/rapport\\_-\\_engelsk.pdf](http://www.paarisa.gl/upload/paarisa/selvmordsforebyggelse/rapport_-_engelsk.pdf)
- An evaluation of the implementation of Greenland's national strategy for suicide prevention with recommendations for the future: [http://www.paarisa.gl/upload/paarisa/selvmordsforebyggelse/evaluation\\_report\\_2008.pdf](http://www.paarisa.gl/upload/paarisa/selvmordsforebyggelse/evaluation_report_2008.pdf)

#### Sàpmi Norway:

- Mental health care for the Sámi population in Norway:  
The Sámi National Center for Mental Health Care (SANKS) is a centre with a particular responsibility to develop a mental health service for the Sámi people in Norway. The centre has a national responsibility to contribute to the development of an equitable offer of mental health care for the Sámi population in Norway and is a specialized service for the Sámi people integrated in the ordinary Norwegian health services. SANKS is established as a part of the Health Finnmark (the northern region of Norway) and is responsible for community mental health functions in the region of Finnmark. SANKS is also an integrated part of the specialist health services for mental health and substance abuse. SANKS consists of the Department of Mental Health Services for adults, the Department of Mental Health Care for children and youth and the Department of Research and Development. The center's main objectives are to: Further develop clinical services, promote and conduct research and development, provide education and supervision, provide specialist training programs, internships and clinical practice.

For further information contact: <http://www.helse-finnmark.no/category10180.html>

#### Youth projects:

- Digital stories (Project Life): [http://www.projectlifealaska.org/index.php?option=com\\_content&view=article&id=20&Itemid=34](http://www.projectlifealaska.org/index.php?option=com_content&view=article&id=20&Itemid=34)
- Inuusivut Project (Embrace Life Council): <http://www.isuma.tv/hi/en/inuusivutEmbraceLife>
- Sapiik (Youth to Youth mentor project in Greenland): <http://www.fgb.dk/projekter/sapiik---et-mentorprojekt.aspx>
- Team Grizzly (Lacrosse team I Kugluktuk, Canada). See the documentary of Team Grizzly at: <http://www.youtube.com/watch?v=32vBv0-rA0Q>.

#### Research projects:

- Survey of Living Conditions in the Arctic (SLiCA): [www.arcticlivingconditions.org](http://www.arcticlivingconditions.org)
- Inuit Health in Transition - Greenland survey 2005-2008: [http://www.si-folkesundhed.dk/upload/metoderapport\\_endelig.pdf](http://www.si-folkesundhed.dk/upload/metoderapport_endelig.pdf)
- People Awakening Study, Alaska: <http://canhr.uaf.edu/Research/PeopleAwakening.html>
- Alaska Suicide Follow-back Study: [http://www.hss.state.ak.us/suicideprevention/pdfs\\_sspc/sspcfollw-back2-07.pdf](http://www.hss.state.ak.us/suicideprevention/pdfs_sspc/sspcfollw-back2-07.pdf)
- Nunavut Suicide Follow-back Study: [http://www.jackhicks.com/e107\\_files/downloads/2007%20Q1%20report%20to%20the%20NRI.pdf](http://www.jackhicks.com/e107_files/downloads/2007%20Q1%20report%20to%20the%20NRI.pdf)

### **Additional resources:**

- Special issue on suicide prevention in Journal of Circumpolar Health 2009: Download: <http://ijch.fi/issues/683/683.html> (Occurrence and prevention of suicides in circumpolar Areas: Int. J Circumpolar Health 2009; 68(3): 201-312).  
International Journal of Circumpolar Health published a special issue on occurrence and prevention of suicides in circumpolar Areas. The aim of the special issue was to present prevalence figures and risk factors of suicidal behavior, as well as to introduce potential suicide prevention models in circumpolar areas; this issue contains eight articles on these topics from various circumpolar populations.
- Recommended suicide prevention program: ASIST, Applied Suicide Intervention Skills Training. ASIST teaches Suicide First Aid skills to anyone who may come into contact with a person at risk, through the most widely used Suicide Intervention Model in the world.
- Aboriginal Youth: A Manual of Promising Suicide Prevention Strategies: [http://www.suicideinfo.ca/csp/assets/promstrat\\_manual.pdf](http://www.suicideinfo.ca/csp/assets/promstrat_manual.pdf)
- Report of the Workshop on Best Practices in Suicide Prevention and the Evaluation of Suicide Prevention Programs in the Arctic Held in Iqaluit, Nunavut March 14 and 15, 2003:  
<http://www.gov.nu.ca/education/COEWebsite/images/library/Arctic%20suicide%20%C9%20workshop%20e.pdf>
- Young TK, Bjerregaard P (red.). Health transitions in Arctic populations. Toronto: University of Toronto Press, 2008.

---

## APPENDIX B

---

### Program for Hope and Resilience in Suicide Prevention Seminar in Nuuk, Greenland, November 7 - 8, 2009

#### Introduction

Workshops preceding plenary presentations on day one aim to facilitate exchange of knowledge and experiences in the field of health practice and research in suicide prevention in the Arctic. Results from these workshops are to be presented on day two followed by a presentation from the Youth Seminar. This will inspire the subsequent panel discussion.

The concluding plenary session on day two aim to translate conclusions from the preceding workshops into recommendations on suicide prevention in the Arctic. The recommendations will be presented in a final report.

#### Friday November 6th

16.30-17.30 Registration at Hotel Hans Egede  
18.00-21.00 Welcoming reception at Hans Egede House

#### Saturday November 7th

	Program	Location
08.30-09.00	Opening of seminar  Moderator: Marianne Lykke Thomsen, Chair of the SDWG  NIPi - Greenlandic Choir Agathe Fontain, Minister of Health, Government of Greenland	Hotel Hans Egede
09.00-10.30	Plenary session 1: Presentations from Arctic Regions  Moderator: Gert Mulvad  Documentation: Cecilia P. Pedersen /Christina VL Larsen/Anne Silviken  1. "Hope and suicide prevention" Henning Herrestad, Senior Advisor, National Centre for Suicide Research and Prevention, University of Oslo  2. "Stepping Into the Light... Community Healing" Iva GreyVolf, Psychologist, South East Alaska Regional Health Consortium  3. "Community Prevention Strategies in Alaska" William H. Hogan, Commissioner of Health and Social Services, State of Alaska	Hotel Hans Egede
10.30-11.00	Coffee break	Hotel Hans Egede
11.00-11.30	4. "The Inuit Suicide Transition - The Data We Have, The Data We Don't Have, and Reflections On Recent Research" Jack Hicks, PhD-student, University of Greenland/Nunavut	Hotel Hans Egede

## APPENDIX B

	Program	Location
11.30-12.30	<p>Plenary session 2: Examples of hope and resilience in practice</p> <p>Moderator: Gert Mulvad</p> <p>Documentation: Cecilia P. Pedersen/Christina VL Larsen/Anne Silviken</p> <p>1. "Project Sapiik - Youth empowerment in Greenland" Naasunguaq Jensen, FGB/Association for Greenlandic Children Inuuteq Kriegel, FGB/Association for Greenlandic Children</p> <p>2. "Inuusivut and embracing life in Nunavut " Jesse Mike, Embrace Life Council, Nunavut/Lori Idlout, Embrace Life Council, Nunavut</p>	Hotel Hans Egede
13.00-14.00	Lunch	Hotel Hans Egede
14.00-17.00	<p>Workshop 1: Health practice related to suicide prevention - Best practice and sharing of ideas</p>	Hotel Hans Egede
(15.30-16.00 Coffee break)	<p>Moderator: Birgit Niclasen Documentation: Anne Silviken</p> <p>"Alianait: What we do" Tina Price, Senior Policy Advisor, Inuit Tapiriit Kanatami</p> <p>"The state of suicide prevention in the Aleut region" Laresa Syverson, Youth Delegate, Aleut International Association</p> <p>"Canadian Inuit Community Engagement in Suicide Prevention" Dr. Patricia Wiebe, Medical Specialist in Mental Health, First Nations and Inuit Health Branch, Health Canada &amp; Looee Okalik, Health Projects Coordinator, Inuit Tapiriit Kanatami</p> <p>"Inupiaq Suicide Prevention through Holistic Wellness and Inupiaq Ilitqusiit" George Provost, M.S., Project Life Manager, Maniilaq Association</p> <p>"Suicide prevention in the Northern Municipality of Greenland" Ruth Larsen, Health Coordinator, Department of Family Services, Qaasuitsup Kommunia</p> <p><i>Language:</i> The presentations in this workshop will be in English with Greenlandic interpretation. The following debate will be in English only.</p> <p>Workshop 2: Research and documentation - What do we know about context and preventive factors influencing suicide?</p> <p>Moderator: Gert Mulvad &amp; Jack Hicks Documentation: Christina VL Larsen/Cecilia P. Pedersen</p> <p>"Suicide and the prevention of suicide: What the research results tell us, and how the Arctic fits in". Jack Hicks, External PhD student, Ilisimatusarfik - University of Greenland/Nunavut</p> <p>"People Awakening Projects: Community Based Participatory Research to Develop Cultural Interventions to Prevent Suicide with Youth and Families in Remote Yup'ik</p>	

---

## APPENDIX B

---

	Program	Location
	<p>Communities in Southwestern Alaska” James Allan, Professor, University of Alaska Fairbanks</p> <p>“Suicide ideation: Is suicide a problem in the community? What can we learn from the Survey on Living Conditions in the Arctic, SLICA” Birger Poppel, Research Project Chief, Ilisimatusarfik/University of Greenland</p> <p>Language: The presentations in this workshop will be in English with Greenlandic interpretation. The following debate will be in English only.</p>	
14.00-17.00	Workshop 3: Experiences among health practitioners and social workers in Greenland	Hotel Hans Egede
(15.30-16.00 Coffee break)	Moderator/Documentation: Jette Eistrup and Line Dalentoft	
	<p>Participants in this workshop are invited to join workshop 1 during the presentations and subsequently have the discussion in Greenlandic.</p> <p>“Suicide prevention – experiences from Ilulissat” Astrid Olsen, Ilulissat</p> <p>”Supporting and encouraging a coherence and harmony in a man’s coexistence with the milieu, by setting up reasonable and feasible goals.” Markus E. Olsen, Freelance, PinngA</p> <p>Language: Greenlandic/Danish. No interpretation into English available.</p>	
09.30-17.00	Workshop 4: Youth Seminar	Peqqissaanermik Ilinniarfik (PI), Auditorium.
	<p>The Youth Seminar is an all day meeting for youth only - please see separate program for details.</p>	
17.00-19.00	Participants from the 4 workshops continue their work to prepare presentation of conclusions for Sunday sessions  - Refreshments and sandwiches will be served.	Hotel Hans Egede

### Sunday November 8th

09.00-10.00	Plenary session 3: Conclusions from workshops	Hotel Hans Egede
	<p>Moderators: Marianne Lykke Thomsen and Carl Christian Olsen Documentation: Cecilia P. Pedersen/Christina VL Larsen/Anne Silviken</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Presentation of conclusions from workshop 1</li><li>2. Presentation of conclusions from workshop 2</li><li>3. Presentation of conclusions from workshop 3</li></ol>	

---

---

## APPENDIX B

---

	Program	Location
10.00-10.30	Coffee break	Hotel Hans Egede
10.30-12.30	Plenary session 4: The youth perspective  Moderator: Stina W. Berthelsen, President of ICYC-Greenland Documentation: Cecilia P. Pedersen/Christina VL Larsen/Anne Silviken  Presentation of conclusions from workshop 4/Youth Seminar.	Hotel Hans Egede
12.30-14.00	Lunch	Hotel Hans Egede
14.00-15.00	Plenary session 5: Panel discussion between youth representatives and policy makers  Moderators: Peter Bjerregaard & Kue Young, Co-Chairs of AHHEG Documentation: Cecilia P. Pedersen/ Christina VL Larsen/ Anne Silviken  Politicians and policy makers: Maliina Abelsen, Minister of Social Affairs, Government of Greenland Asii Chemnitz Narup, Mayor, Kommuneqarfik Sermersooq “Nuuk Regional Municipality” Jack Hicks, PhD Student Ilisimatusarfik-University of Greenland/Nunavut William H. Hogan, Commissioner of Health and Social Services, State of Alaska  Youth representatives (to be announced)	Hotel Hans Egede
15.00-15.30	Coffee break	Hotel Hans Egede
15.30-17.00	Plenary session 6: Visions, strategies and coordination – conclusions and recommendations from the seminar  Moderators: Peter Bjerregaard & Kue Young Documentation: Cecilia P. Pedersen/Christina VL Larsen/Anne Silviken Concluding discussion of what we have learned and what we can conclude and recommend based on the seminar.  Closing of seminar	Hotel Hans Egede
19.00-23.00	Goodbye dinner	Hotel Hans Egede, Gertrud Rask

---

---

## APPENDIX C

---

### Program for the Youth Hope and Resilience in Suicide Prevention Seminar in Nuuk, Greenland, November 7-8, 2009

#### Introduction

Presentations made by youth delegates from Arctic nations will precede workshops on day one to give background statistics and challenges faced by each nation in current suicide prevention strategies. Workshops will then lead to the formation of recommendations by the youth on how best to promote life in the youth of Arctic regions.

The concluding plenary sessions on day two aim to translate conclusions from the day one youth seminar and main seminar workshops into recommendations on suicide prevention in the Arctic. The recommendations will be presented in a final report for the Arctic Council.

#### Friday November 6th

16.30-17.30 Registration at Hotel Hans Egede  
18.00-21.00 Welcoming reception at Hans Egede House.

	Program	Location
08-30-09.00	Opening of seminar  Moderator: Marianne Lykke Thomsen, Chair of the SDWG NIPi - Greenlandic Choir Agathe Fontain, Minister of Health, Government of Greenland	Hotel Hans Egede
09.30-09.45	Opening Presentation Stina W. Berthelsen, President of ICYC-Greenland	Peqqissaanermik Ilinniarfik (PI)
09.45-11.00	Presentations by the youth from Greenland North West Region Ilulissat – Andrea Abelsen Aasiaat – Maliina Clasen  Central West Region Nuuk – Nukannguaq Berglund  South West Region Qaqortoq – Karen Frederiksen  East Region Ittoqqortoormiit – Juulut Danielsen	PI
11.00-11.15	Coffee break	PI
11.15-11.45	Presentation by Youth from Canada	PI
11.45-12.15	Presentation by Youth from Canada	PI
12.15-13.00	Lunch	PI

## APPENDIX C

	Program	Location
13.00-13.30	Presentation by Youth from Sápmi - Norway	PI
13.30-14.15	Examples of hope and resilience in practice: 1. "Embrace Life Council in Nunavut" Embrace Life Council, Nunavut  2. "Project Sapiik – Youth empowerment in Greenland" FGB – Association for Greenlandic Children	PI
14.15-15.30	Workshop: Visions and strategies to promote life	PI
15.30-15.45	Coffee break	PI
15.45-16.15	Presentations of conclusions and recommendations from workshop	PI
16.15-17.00	Delegation of tasks for Sunday	PI
17.00-19.00	Formation of recommendations from youth seminar: Preparation for youth participation at main seminar - Sandwiches and refreshments will be served.	Hotel Hans Egede
19.00-21.00	Cultural Event	Katuaq
21.00-	Café- Unplug evening at Silamiut for youth participants	Silamiut

### Sunday November 8th

	Program	Location
9.00-10.00	Plenary session 3: Conclusions from workshops  Moderators: Marianne Lykke Thomsen and Carl Christian Olsen Documentation: Cecilia P. Pedersen/Christina VL Larsen/Anne Silviken  1. Presentation of conclusions from workshop 1 2. Presentation of conclusions from workshop 2 3. Presentation of conclusions from workshop 3	Hotel Hans Egede
10.00-10.30	Coffee break	Hotel Hans Egede
10.30-12.30	Plenary session 4: The youth perspective  Moderator: Stina W. Berthelsen Documentation: Cecilia P. Pedersen/Christina VL Larsen/Anne Silviken  Presentation of conclusions from workshop 4/Youth Seminar.	Hotel Hans Egede
12.30-14.00	Lunch	Hotel Hans Egede

---

## APPENDIX C

---

	Program	Location
14.00-15.00	<p>Plenary session 5: Panel discussion between youth representatives, politicians and policy makers</p> <p>Moderators: Peter Bjerregaard &amp; Kue Young, Chair of the SDWG Documentation: Cecilia P. Pedersen/ Christina VL Larsen/ Anne Silviken</p> <p>Politicians and policy-makers: Maliina Abelsen, Minister of Social Affairs, Government of Greenland Asii Chemnitz Narup, Mayor, Kommuneqarfik Sermersooq “Nuuk Regional Municipality” Jack Hicks, PhD Student Ilisimatusarfik-University of Greenland/Nunavut William H. Hogan, Commissioner of Health and Social Services, State of Alaska</p> <p>Youth representatives (to be announced)</p>	Hotel Hans Egede
15.00-15.30	Coffee break	Hotel Hans Egede
15.30-17.00	<p>Plenary session 6: Visions, strategies and coordination – conclusions and recommendations from the seminar</p> <p>Moderators: Peter Bjerregaard &amp; Kue Young Documentation: Cecilia P. Pedersen/Christina VL Larsen/Anne Silviken</p> <p>Concluding discussion of what we have learned and what we can conclude and recommend based on the seminar.</p> <p>Closing of seminar</p>	Hotel Hans Egede
19.00-23.00	Goodbye dinner	Hotel Hans Egede, Gertrud Rask

---



## APPENDIX D

### Participants

Name	Job title	Organization/Institution	Country
Agathe Fontain	Minister of Health	Naalakkersuisut – Government of Greenland	Greenland
Akisoq Isaksen	Health Coordinator	Department of Family Services, Kommune Kujalleq	Greenland
Ann Birkekær Kjeldsen	Deputy Minister	Ministry of Health	Greenland
Anna Rita Spein	Researcher, PhD	Sámi National Center for Mental Health	Norway/Sapmi
Anne Silviken	Researcher, PhD	Center for Sámi Health Research, University of Tromsø	Norway/Sapmi
Annette Broberg	Psychologist	Kommuneqarfik Sermersooq - Nuuk Regional Municipality	Greenland
Arnaq Lyngø	Youth Delegate	Sapiik	Greenland
Asii Chemnitz Narup	Mayor	Kommuneqarfik Sermersooq - Nuuk Regional Municipality	Greenland
Astrid Olsen	Counselor		Greenland
Avijåja Absalonsen	Academic employee	MIPI - Documentation Centre on Children and Youth	Greenland
Benedikte Thorsteinsson	Interpreter	Solutions	Greenland
Birger Poppel	Research Project Chief	Ilisimatusarfik - University of Greenland	Greenland
Birgit Niclasen	Medical Advisor	Ministry of Health	Greenland
Bodil Kleist Scierbeck			Greenland
Carl Christian Olsen	ICC Executive Council Member	Inuit Circumpolar Council	Greenland
Cecilia Petrine Pedersen	Research Assistant	Public Health in Greenland, National Institute of Public Health, University of Southern Denmark	Denmark
Chris Heide	Coordinator	Making Connections for Youth	Canada/ Nunavut
Christina Viskum L Larsen	PhD Student	Greenland Institute for Health Research, National Institute of Public Health, University of Southern Denmark	Greenland
Christopher Cornish	Director	Northern Region, Health Canada	Canada
Dorthe O. Møller	Manager	Department for Family Services, Qeqqata Municipality	Greenland

## APPENDIX D

Name	Job title	Organization/Institution	Country
George Provost	Project Life Manager	Maniilaq Association	USA/Alaska
Gert Mulvad	Medical Doctor	Primary Health Care, Greenland	Greenland
Gudmundur (Gujo) Thorsteinsson		Piorsaavik / Multiværksted	Greenland
Gunn Kristin Heatta	Director	Sámi National Center for Mental Health	Norway/Sapmi
Hans Pavia	Interpreter	H-P R Communications	Greenland
Hans-Kristian Lennert	Chair	Greenland Scout Association	Greenland
Hedwig Kamphof	Nursing Teacher	Peqqisaanermik Iliniarfik	Greenland
Henning Herrestad	Senior Advisor	Norwegian Centre for Suicide Research and Prevention	Norway
Iva GreyWolf	Psychologist	SouthEast Alaska Regional Health Consortium	USA/Alaska
Jack Hicks	PhD Student	Ilisimatusarfik - University of Greenland	Canada/Nunavut
James Allan	Professor	University of Alaska, Fairbanks	USA/ Alaska
Jesse Mike	President	Embrace Life Council	Canada/ Nunavut
Jette Eistrup	Coordinator	PAARISA - Center of Public Health	Greenland
Julia Dorph Lyberth	Coordinator	PAARISA - Center of Public Health	Greenland
Karen Kreutzmann		Kommuneqarfik Sermersooq - Nuuk Regional Municipality	Greenland
Kue Young	Professor	School of Public Health, University of Toronto	Canada
Laresa Syverson	Youth Delegate	The Aleut International Association	USA/ Alaska
Line Dahlentoft		Kommuneqarfik Sermersooq - Nuuk Regional Municipality	Greenland
Lona Lynge	Academic employee	MIPI - Documentation Centre on Children and Youth	Greenland
Lone Møller	Research Coordinator	Government of Greenland	Greenland
Looe Okalik	Health Projects Coordinator	Inuit Tapiriit Kanatami	Canada
Lori Idlout	Executive Director	Embrace Life Council	Canada/ Nunavut
Maasinguaq Berthelsen	Health Coordinator	Department of Family Services, Qaasuitsup Kommunia	Greenland
Maliina Abelsen	Minister of Social Affairs	Naalakkersuisut – Government of Greenland	Greenland

## APPENDIX D

Name	Job title	Organization/Institution	Country
Marianne Lykke Thomsen	Senior Policy Advisor Chair, SDWG	Government of Greenland	Greenland
Markus E. Olsen	Freelance	PinngA	Greenland
Naasunnguaq Jensen	Youth Delegate	Sapiik	Greenland
Napatsi Folger	Circumpolar Project Assistant	International Institute for Sustainable Development	Canada
Nuka Alice Lund	Radio Host	KNR-Radio	Greenland
Patricia Wiebe	Medical Specialist in Mental Health	First Nations and Inuit Health Branch, Health Canada	Canada
Pernille Møller	Head of Section	Government of Greenland	Greenland
Peter Bjerregaard	Professor	National Institute of Public Health, University of Southern Denmark. AHHEG chair	Denmark
Rhonda Francis	Community Coordinator	Gwitch'in Council	Canada/NWT
Ruth Larsen	Health Coordinator	Department of Family Services, Qaasuitsup Kommunia	Greenland
Sara Olsvig	Human Rights Coordinator	Inuit Circumpolar Council	Greenland
Sarah Trottier	Policy Analyst	Health Canada	Canada
Steve McVarnock	Commanding Officer V Division	Royal Canadian Mounted Police	Canada/ Nunavut
Susan Chatwood	Executive and Scientific Director	Institute for Circumpolar Health Research	Canada/NWT
Tina Price	Senior Policy Advisor	Inuit Tapiriit Kanatami	Canada
William Hogan	Commissioner	Health and Social Services, State of Alaska	USA/ Alaska
Yvonne Moorhouse	Health Project Assistant	Inuit Circumpolar Council	Canada



## APPENDIX E

### Participants – Youth Seminar

Name	Organization/Institution	City	Country
Aili Liimakka Laue	Sorlak	Nuuk	Greenland
Aka Hansen	Tumit Production	Nuuk	Greenland
Andrea Abelsen	Qivioq	Ilulissat	Greenland
AneMaria Ottosen	Sapiik	Nuuk	Greenland
Aviäja E. Lynge	Youth Delegate	Nuuk	Greenland
Carl Gøran Larsson	Journalist, Ávvir	Tromsø	Norway/Sapmi
Clara Chew	Inuit Circumpolar Council (ICC), Intern	Nuuk	Greenland
Edvard Mørch	Youth Delegate	Nuuk	Greenland
Elizabeth Hensley	Inuit Circumpolar Youth Council (ICYC), Alaska		USA/ Alaska
Fiann Paul	Photographer		Iceland
Hans Lyberth	Youth Delegate	Nuuk	Greenland
Helene Justsen	Youth volunteer	Nuuk	Greenland
Inuuteq Kriegel	Sapiik	Nuuk	Greenland
Ivinguak Storch Høegh	Youth Delegate	Nuuk	Greenland
Jane Petersen	Sorlak	Nuuk	Greenland
Julie Alivaktuk	Embrace Life Council	Iqaluit	Canada/Nunavut
Karen Frederiksen	Youth Delegate	Qaqortoq	Greenland
Katti Egede Motzfeldt	Interpreter	Nuuk	Greenland
Lydia Mathiassen	Sapiik	Nuuk	Greenland
Maliina Clasen	Qivioq	Asiat	Greenland
Malik Kleist	Tumit Production	Nuuk	Greenland
Marie-Kathrine Heilmann	Sapiik	Nuuk	Greenland
Mie Løvstrøm Heilmann	Sapiik	Nuuk	Greenland
Mike Villadsen	Youth Delegate	Nuuk	Greenland
Minik Hansen	Sapiik	Nuuk	Greenland
Nikku Olsen	Kommuneqarfik Sermersooq	Nuuk	Greenland

---

## APPENDIX E

---

Name	Organization/Institution	City	Country
Nuka Alice Lund	KNR-Radio	Nuuk	Greenland
Nukannguaq Berglund	Youth Delegate	Nuuk	Greenland
Naasunnguaq Jensen	Sapiik	Nuuk	Greenland
Simigaaq Broberg	Student	Nuuk	Greenland
Stina Berthelsen	Inuit Circumpolar Youth Council (ICYC)	Nuuk	Greenland
Wynter Kuliktana	Inuit Circumpolar Youth Council (ICYC), Canada		Iqaluit Canada/Nunavut

### **The Participating Organizations**

#### **Arctic Council**

The Ottawa Declaration of 1996 formally established the Arctic Council as a high level intergovernmental forum to provide a means for promoting cooperation, coordination and interaction among the Arctic States, with the involvement of the Arctic Indigenous communities and other Arctic inhabitants on common Arctic issues, in particular issues of sustainable development and environmental protection in the Arctic. Member States of the Arctic Council are Canada, Denmark (including Greenland and the Faroe Islands), Finland, Iceland, Norway, Russian Federation, Sweden, and the United States of America.

For more information, please visit: [www.arctic-council.org](http://www.arctic-council.org)

#### **Embrace Life Council**

In January 2004, the Isaksimagit Inuusirmi Katujjiqatigiit Embrace Life Council (IIK) was established as a partnership between several Nunavut groups - the Government of Nunavut, Nunavut Tunngavik Incorporated, the RCMP, and many others. The Council aims to contribute to the mental, emotional and physical health and community wellness of Nunavut residents by providing education, research and statistical analysis, a clearing house, training and a coordinated holistic approach to suicide prevention activities. The council aims to recruit, co-ordinate and provide ongoing training to volunteers in order to give them the expertise to deliver suicide prevention and community wellness services. Furthermore the council aims to educate the public on the issues of suicide, mental health, community health and related issues and acquire sufficient resources in cash or in kind to support the objectives of the Council and communities throughout Nunavut; and to provide a link between and support for community groups.

For more information, please visit: [http://www.niyc.ca/e107\\_plugins/custompages/elcsiikelc.php](http://www.niyc.ca/e107_plugins/custompages/elcsiikelc.php)

#### **Foreningen Grønlandske Børn (FGB) / The Greenlandic Children's Association**

The Greenlandic Children's Association is an organization that implements projects that support vulnerable children and young Greenlanders and provides them with resources to help strengthen their skills. The projects are characterized by always involving young volunteers who act as role models, and all projects have a strong local base. All conducted projects are in close collaboration with local partners.

For more information on the FGB, please visit: <http://www.fgb.dk/forside.aspx>

For more information about Project Sapiik, please visit: <http://www.fgb.dk/projekter/sapiik---et-mentorprojekt.aspx>

#### **Inuit Youth Circumpolar Council (ICYC)**

The ICYC is a non-profit, non-governmental organization for the youth of the Arctic with branches in Greenland, Alaska, Canada, and Chukotka. The organization works to promote quality of life among the youth in the Arctic by advocating and holding conferences and seminars and participating in local, national, and international events that address issues relevant to the Arctic youth. The ICYC Charter is included at the end of this report.

For more information, please visit: [www.inuityouth.org](http://www.inuityouth.org)

#### **National Inuit Youth Council (NIYC)**

The National Inuit Youth Council (NIYC) represents the interests of Inuit youth in Canada. Across the Inuit regions of Inuvialuit, Kitikmeot, Kivalliq, Qikiqtaaluk, Nunavik and Nunatsiavut, there is an estimated 45,000 Inuit living in 53 communities. Inuit youth make up a clear majority of the overall population. Inuit youth elect the President of the NIYC during a National Inuit Youth Summit. Each of the 6 Regional Youth Councils appoint one representative to serve as a director of the NIYC, 6 Regional Youth Coordinators, employed by the respective land claimant organizations, also participate in discussions and work of the council. The Youth Intervener of Inuit Tapiriit Kanatami (ITK), our parent organization, also serves as Secretary Treasurer for the NIYC.

For more information, please visit: [www.niyc.ca](http://www.niyc.ca)

#### **PAARISA**

PAARISA is responsible for health promotion through information, advice, and coordination of central and inter-sectorial health promotion activities. The target groups for PAARISA are children, adolescents, and families. Children's rights, welfare, and courage are prioritized through health educational interventions. PAARISA consultants operate retrospectively as consultants for local prevention programs, resource persons, communities, health centers and hospitals, and as an inspiration and catalyst for programs and projects. PAARISA is also responsible for the operation of the nationwide youth hotline 134.

For more information, please visit: [www.paarisa.gl](http://www.paarisa.gl)

---

## APPENDIX F

---

### **Qivioq**

Qivioq is a newly-established youth organization with a base in Aasiaat, Greenland. The purpose of the organization is to bring together the youth to start a dialogue about the issues that are interesting and pertinent to Greenlandic youth.

### Opening speech by Agathe Fontain – Minister of Health, Greenland

"Hope and Resilience in Suicide Prevention" seminar in Nuuk, November 7-8, 2009

Good morning everyone! For those I did not already meet at the welcome reception last night – A very warm welcome to Greenland.

I am very pleased to welcome all of you here today to the seminar "Hope and resilience in Suicide Prevention." It is very encouraging to see the huge interest in exchanging experience in suicide prevention from all parts of the Arctic.

The initiative was taken in the Arctic Human Health Expert Group as part of the activities during the joint Danish-Greenlandic Chairmanship of the Arctic Council, and the purpose of the seminar is to create new networks and to strengthen the existing relations between different sectors across the Arctic.

We hope that the exchange of experience on practice and in science will be an inspiration to us all, so suicide never will appear as a solution to problems in our lives.

The seminar is a result of a fruitful cooperation and partnership between a number of actors – The Arctic Human Health Expert Group of the Arctic Council that I mentioned, the Inuit Circumpolar Council and Youth Council (ICYC), Department of Foreign Affairs and PAARISA, which is under my Ministry of Health. I wish to express my warm thanks to the steering committee for making this happen.

The participants of this seminar represent a good number of arctic countries and territories and it has been very positive to see how supportive the various organizations and institutions have been in assisting arctic practitioners and scientists so that we could all meet here in Nuuk.

I see it as a sign of shared recognition of the importance of suicide prevention and a shared wish among us all to learn from each other not only on a theoretical level but also on a practical level. - Because one thing is to talk about suicide prevention, another thing is to find out how, we, as individuals and as society, can actually act to prevent suicide and to protect and promote healthy life-styles.

Unfortunately, suicide is a phenomena Greenland has in common with other communities in the arctic where we face unacceptably high rates of suicide especially among our young people.

Greenland has, in fact, one of the highest suicide rates in the world. During the 70s and the 80s we witnessed a dramatic increase in the number of suicides per year, and until 2006 the average of deaths by suicide was about 50 per year out of a population of 55.000.

In the fall of 2004, a national strategy on suicide prevention was adopted by the INATSISARTUT / Greenland Parliament and after a 3 year project period, suicide prevention became one of the areas of priority of the Greenlandic health promotion program, Inuuneritta.

A crisis-line has been established, and a curriculum on communication and suicide prevention for different educational institutions are constantly being developed. Resource persons in all major towns have been through an educational program in suicide prevention and many local initiatives have been supported. Debates on suicide and meaning of life have been put on the agenda on public meetings, and scientific reports have provided us with useful knowledge about the state of wellbeing of our youth.

But we can certainly still learn more about what makes life worth living and how to turn our focus a little away from death and curing diseases that follow unhealthy lifestyle and instead concentrate much more on promoting positive lifestyles.

In the past two years, the number of death by suicide has decreased, in 2007 we had 38 deaths by suicide, and in 2008 the number was 35 deaths by suicide. We are not able to determine if this decrease in numbers is a sign of a new tendency, however, it is the first time in many years that we witness a decrease.

The number of death by suicide is gender biased, which means that about two thirds (2/3) of the deaths are among young men.

---

## APPENDIX G

---

This is a situation, which we have in common with other communities in the Arctic, and therefore I am especially happy to welcome all these young people from the Arctic region to this seminar.

Young people must be included in all efforts to promote life and to encourage meaning of life among young people of their own generation. Otherwise, I do not think we will succeed.

In my opinion, the arctic youth holds a very important key to successful promotion of quality in life. And as we have seen in the development of political life here in Greenland in recent years, that the young people has something to say - and wants to be heard, and to play an active role in the political agenda.

I am convinced that this seminar will bring us all a good step forward in our effort to focus more on life and healthy lifestyle.

I wish you all good luck in your work. Sunday we will listen very carefully to your recommendations.