

**КРИЗИС** (от греч. crisis — решение,  
поворотный пункт, исход)

- определяется как резкий, крутой перелом  
или острое затруднение в чем-либо, тяжелое переходное  
состояние или тяжелое положение



# КРИЗИС

- «критический период» (Т. Шибутани),
- «перелом», «переход» (Г. Шихи),
- «поворотный этап жизненного пути» (С. Л. Рубинштейн),  
«разрыв» (Л. С. Выготский),
- «критическая ситуация» (Ф. Е. Василюк).

- предсказуемое или непредсказуемое жизненное событие, которое воспринимается индивидом как стрессовое до такой степени, что нормальные механизмы совладания оказываются недостаточными.
- кризис начинается с провоцирующего события
- кризисы создают состояние неуравновешенности и дезорганизации
- кризисные события ведут к нарушению способности человека справляться с ними.

- Кризис - это нарушение нормального или обычного режима функционирования человека или семьи. Кризис может быть вызван травмой, стихийным бедствием, психическим или физическим заболеванием, горем утраты, опытом насилия и т.д.
- Кризис не может быть разрешен с помощью обычных ресурсов / навыков человека для решения проблем

В чем отличие между кризисом, текущей проблемой и чрезвычайной ситуацией?

Три основных элемента **кризиса**:

- стрессовая ситуация,
- трудности в самостоятельном преодолении
- сроки вмешательства.

Каждая кризисная ситуация уникальна и потребует гибкого подхода к клиенту и ситуации.

**Чрезвычайная ситуация** - это внезапная, насущная необходимость, например, когда жизнь находится в опасности из-за несчастного случая, попытки самоубийства или насилия в семье.

- Требуется немедленного внимания со стороны правоохранительных органов, органов защиты ребенка или других специалистов, обученных реагировать на опасные для жизни события.
- Если ситуация может ждать ответа от 24 до 72 часов, не подвергая опасности отдельного человека или семью, это кризис, а не чрезвычайная ситуация.

**Проблема** – может быть решена без вмешательства извне.

- Хотя проблема может создать стресс и ее часто трудно решить, семья или индивид способны найти решение.

## Какими факторами может быть вызван кризис

- Факторы, связанные с семьей (напр., жестокое обращение с детьми, домашнее насилие, незапланированная беременность, хроническое заболевание члена семьи, отсутствие социальной поддержки)
- Экономические факторы: внезапные или хронические финансовые проблемы, потеря работы, выселение, отсутствие пищи, кража денег или имущества, медицинские расходы, потеря денег из-за азартных игр, бедность и др.
- Факторы, связанные с местным сообществом: криминальная обстановка в районе, недостаток образовательных и других услуг, инфраструктура.
- Значимые события жизни, брак, рождение детей, смерть.
- Природные катаклизмы: стихийные бедствия (наводнения, ураганы, пожары и землетрясения), COVID-19

# Типы кризисов

- • кризисы развития
- • кризисы травматических событий
- • экзистенциальные кризисы
- • психиатрические кризисы

# Переживания кризиса

- • Человек в кризисе
- • воспринимает событие как значимое и угрожающее;
- • по-видимому, невозможно изменить или уменьшить воздействие стрессового события с помощью традиционных методов совладания;
- • переживания повышенного страха, напряженности и/или замешательства;
- • проявляет высокий уровень субъективного дискомфорта;
- • быстро переходит в активное состояние кризиса — состояние дисбаланса





# Теория кризисов формировалась на основе

- теории эволюции,
- теории достижения и роста человеческой мотивации,
- теории адаптации в современном преломлении понятий чрезвычайных и экстремальных ситуаций.
- малой психиатрии Л. Линдемманна ,
- психологических и психофизиологических исследованиях стресса, стадий развития дистресса Г. Селье,
- концепции восьми жизненных циклов и соответствующих им психосоциальных кризисов Э. Эриксона ,
- концепции трех видов кризисов В. В. Козлова

Для сущности личностных кризисов характерны следующие черты.

- 1. Кризис – это, прежде, всего нарушение внутреннего равновесия (психического, душевного, эмоционального) или гомеостаза человека, возникшее в результате средовых воздействий.
- 2. Любой кризис является поворотным пунктом в развитии личности. В зависимости от того, по какому пути (конструктивному или деструктивному) станет дальше развиваться индивид, сложится и вся его дальнейшая жизнь.
- 3. Кризис не возникает сам по себе, он является следствием субъективного восприятия различного рода социальных, природных и экономических воздействий или ситуаций, нарушающих привычные жизненные стереотипы и создающих препятствие, вызывающих переживания или действия, когда человек не в состоянии самостоятельно их разрешить.

## кризис

- это кризис жизни, критический момент и поворотный пункт жизненного пути.
- Как отмечает В. В. Козлов, кризис – это всегда момент выбора из нескольких возможных альтернатив, момент выбора регрессивного или прогрессивного решения в дальнейшем развитии.
- Кризис - естественное (возрастной и экзистенциальный кризис) или искусственное (антропогенное, техногенное, социогенное) препятствие на жизненном пути, преодоление которого невозможно личностью или группой привычными ресурсами

## Трудная жизненная ситуация

- ситуация, в которой в результате внешних воздействий или внутренних изменений происходит нарушение адаптации человека к жизни, в результате чего он **не** в состоянии удовлетворять свои основные жизненные потребности посредством моделей и способов деятельности (поведения), выработанных в предыдущие периоды жизни. Не просто нарушаются привычные отношения человека с миром, но становится **невозможно приспособиться** к этим изменениям без серьезной работы во внешнем или во внутреннем мире. Для всех трудных жизненных ситуаций характерно нарушение устойчивости привычного образа жизни и возникновение необходимости изменений

## ЗАКОН РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН

О специальных социальных услугах (с изменениями и дополнениями по состоянию на 13.05.2020 г.)

- трудная жизненная ситуация — ситуация, признанная по предусмотренным настоящим Законом основаниям объективно нарушающей жизнедеятельность человека, которую он не может преодолеть самостоятельно.

## ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЙ

- Личностный кризис – это психологическое состояние максимальной дезинтеграции (на внутриспсихическом уровне) и дезадаптации (на социально-психологическом уровне) личности, выражающееся в потере основных жизненных ориентиров (ценностей, базовой мотивации, поведенческих паттернов), возникающее в результате препятствий в привычном течении жизни субъекта.
- Кризисное состояние – это пролонгированный во времени личностный кризис.
- Кризисная личность – субъект, который вследствие посткризисной негативной дезинтеграции становится носителем девиантного или делинквентного поведения, нервно-психического или психосоматического расстройства как качеств личности, способа адаптации к социальной среде.
- Уровень уязвимости – способность ожидать (или избегать) бедствия, ограничить его воздействие, умение справиться с ним, а также оправиться от его последствий

## *Ситуации, приводящие к определенному кризисному состоянию*

- на стрессовые события (травмы, катастрофы, войны, потеря близких и т. п.), провоцирующие различные виды кризисных реакций (острая реакция на стресс вплоть до реактивного психоза), отсроченная реакция на стресс от двух месяцев до одного года (посттравматическое стрессовое расстройство) и сверхотсроченная реакция на стресс (шоковая травма);
- переход на следующую возрастную ступень (возрастные кризисы);
- переход на новый этап личностной трансформации (экзистенциальные кризисы)



## **личностные кризисы делятся на 2 категории.**

- **Внутренние кризисы** – возрастные, жизненные и экзистенциальные (т. е. кризисы, причиной которых является естественное развитие личности).
- **Внешние кризисы** – в качестве стрессора в них выступают внешние травматические события – экстремальные кризисные ситуации, обладающие мощным негативным следствием, ситуации угрозы жизни для самого себя или значимых близких.

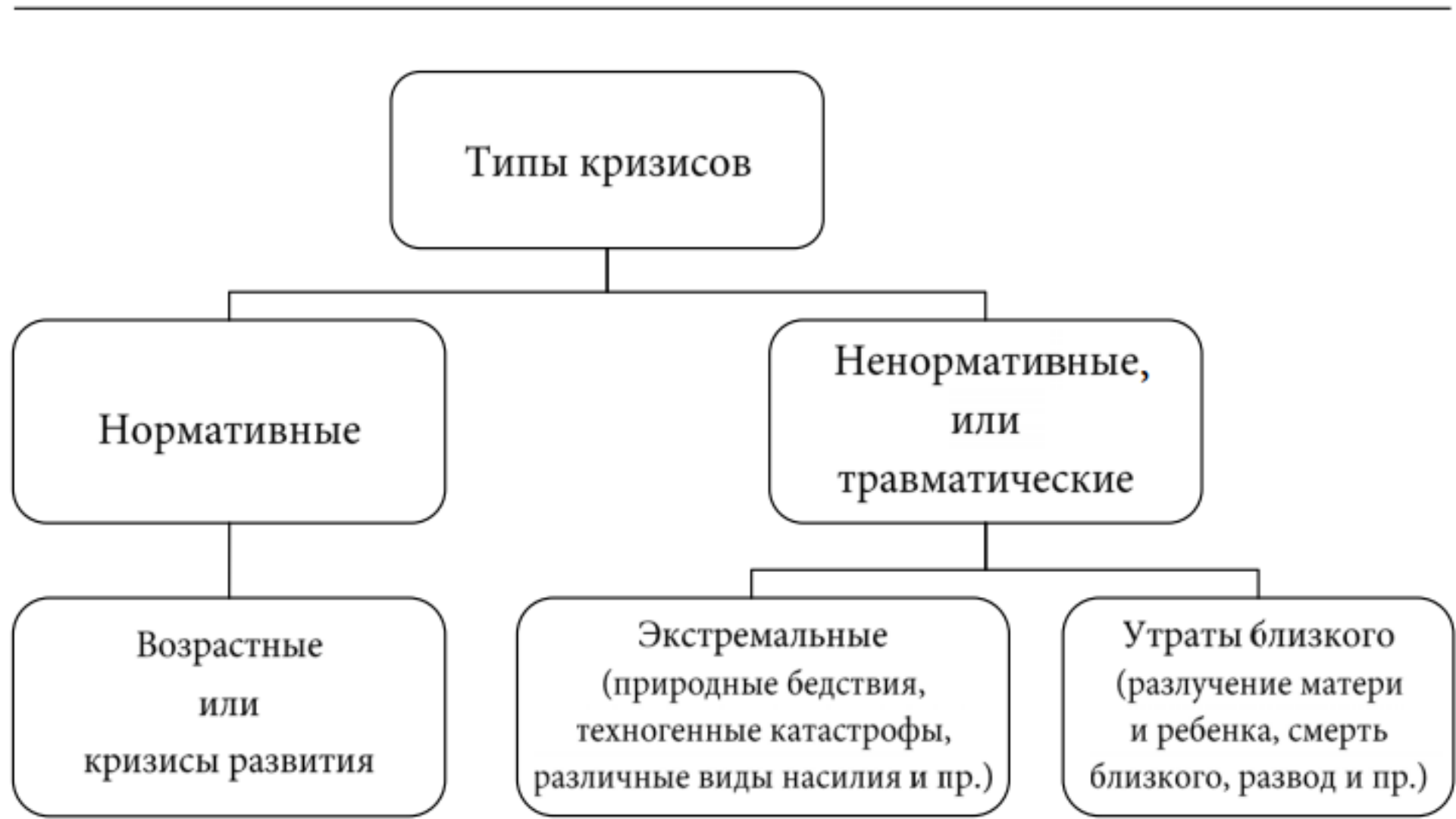
## **кризисные ситуации вызывают следующие реакции личности:**

- острые реакции на стресс, где стрессогенный фактор – это некое событие в жизни, несущее прямую угрозу жизни человека (война, нападение, катастрофа, изнасилование и т. д.). Острые реакции на стресс включают ***кризисные состояния, острую кризисную реакцию, боевую усталость;***
- шоковая травма – психический шок, отсроченная болезненная реакция на шоковую травму проявляется и через несколько лет в виде ***неадаптивного поведения или психосоматического заболевания;***
- посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) – отставленная или ***затяжная реакция переживания травматического стресса (Афганистан)***

# нормативные и ненормативные кризисы

К нормативным кризисам авторы относят такие, которые сопровождают человека на всем протяжении жизни. Это кризисы развития или возрастные кризисы.

Возрастной кризис — это переходный период между возрастными этапами, который неизбежно переживается человеком при движении от одного возрастного этапа к другому по завершении определенных стадий развития



## **Психотравмирующие факторы катастроф мирного времени**

- природные (климатические, сейсмические), экологические и техногенные катаклизмы;
- пожары;
- террористические действия ;
- сексуальное насилие;
- присутствие при насильственной смерти других в случае разбойного нападения;
- несчастные случаи, в том числе при транспортных и производственных авариях;
- семейные драмы.

## при землетрясениях:

- частота психических нарушений, острые реактивные психозы возникают у 10–25 % пострадавшего населения.
- Число лиц, у которых выявляются психические расстройства на последующих этапах развития ситуации, варьирует от 3 до 35 % пострадавшей популяции.

# Что такое кризис и кризисные услуги/интервенции?

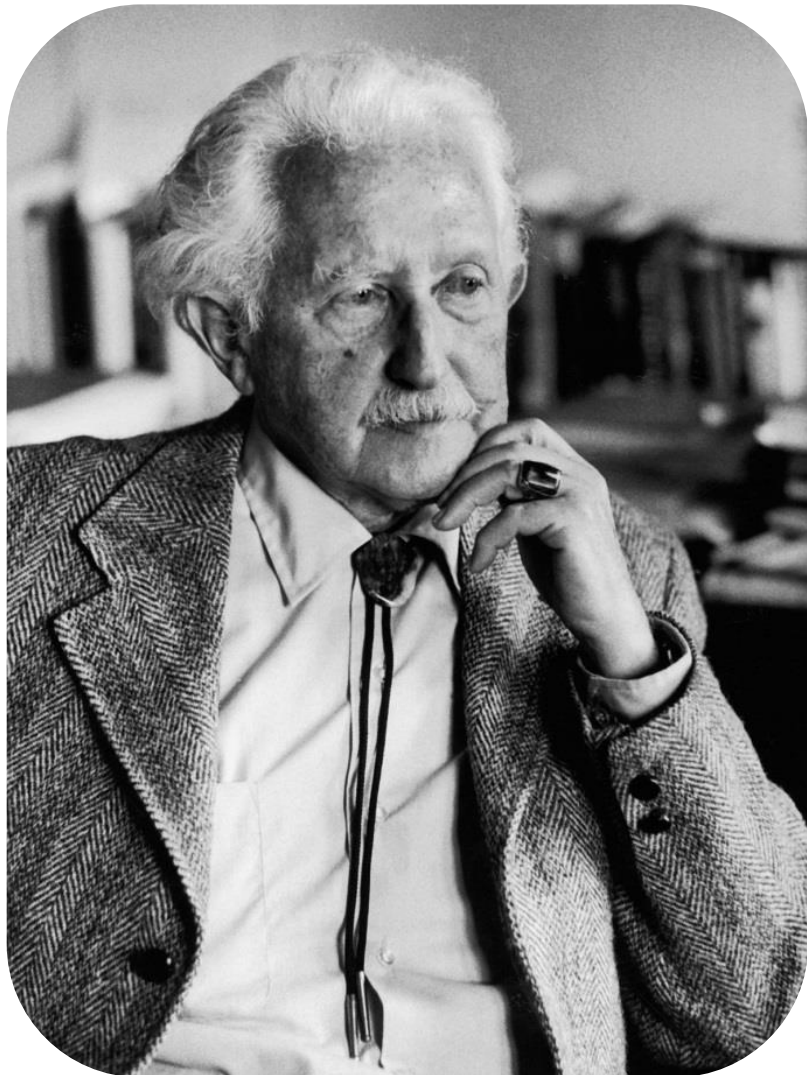
- • Кризисное вмешательство - это немедленное и краткосрочное экстренное реагирование на психическое, эмоциональное, физическое и поведенческое расстройство.
- • Кризисные вмешательства помогают восстановить индивидуальное равновесие в их биопсихосоциальном функционировании и минимизировать вероятность долгосрочной травмы или стресса

# Кризисные реакции: континуум реагирования

- • физическая реакция
- • эмоциональная реакция
- • Когнитивная Реакция
- • Поведенческая Реакция



- Иерархия потребностей Маслоу
- Day 3-PPT-Participants Version-Part 2-RU
- Стр 101



psychojournal.ru

**Эрик Эриксон (1902 – 1994) –  
психология развития.**

interkniga.net

**Старость**

**интеграция**

разочарование в жизни

**Зрелость**

**творчество**

застой

**Молодость**

**ИНТИМНОСТЬ**

изоляция

**Подростковый возраст**

**идентичность**

диффузия идентичности

**Школьный возраст**

**достижение**

неполноценность

**Возраст игры**

**инициативность**

чувство вины

**Ранний возраст**

**автономия**

сомнение, стыд

**Младенчество**

**доверие**

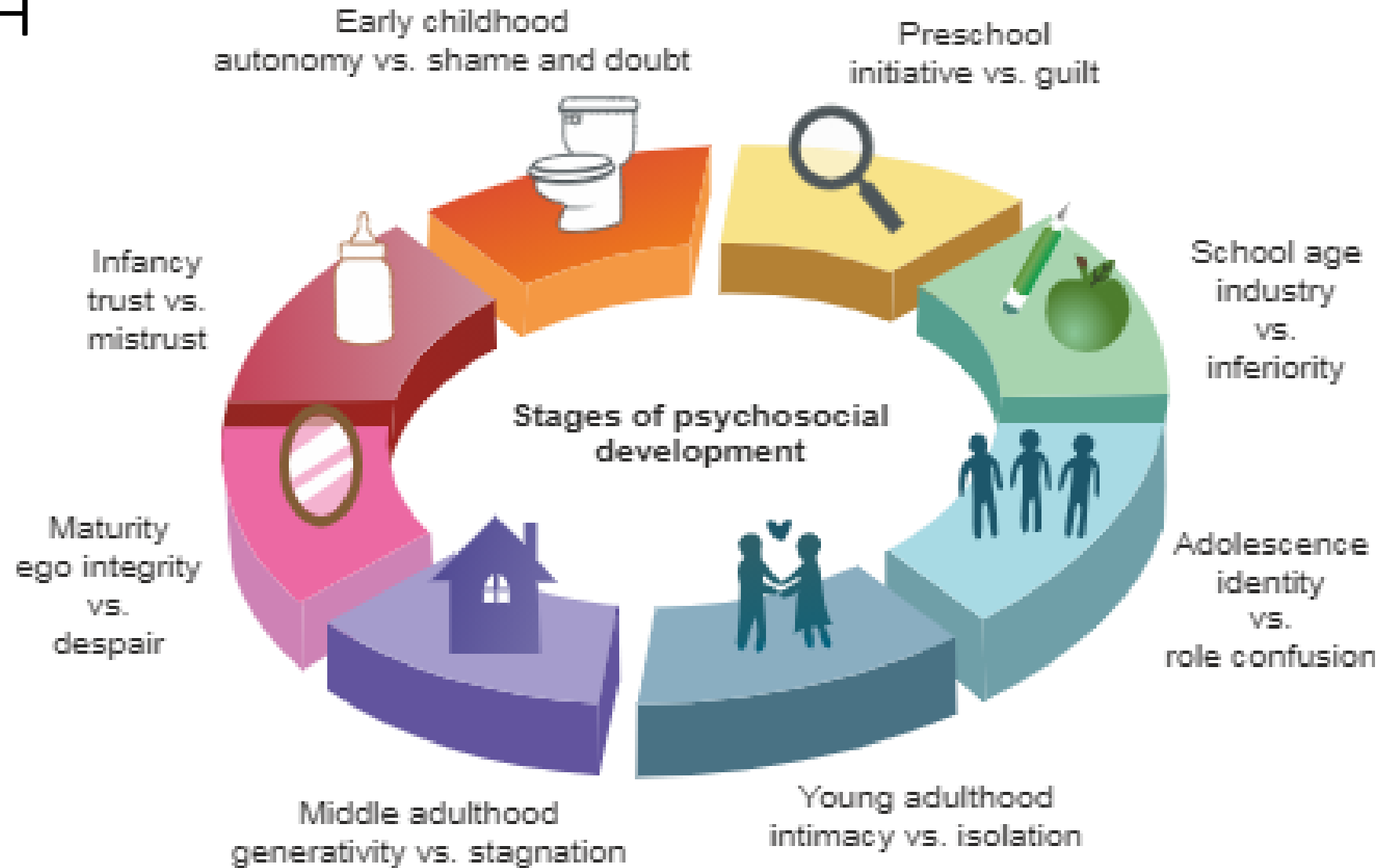
недоверие

# Э. Эриксон

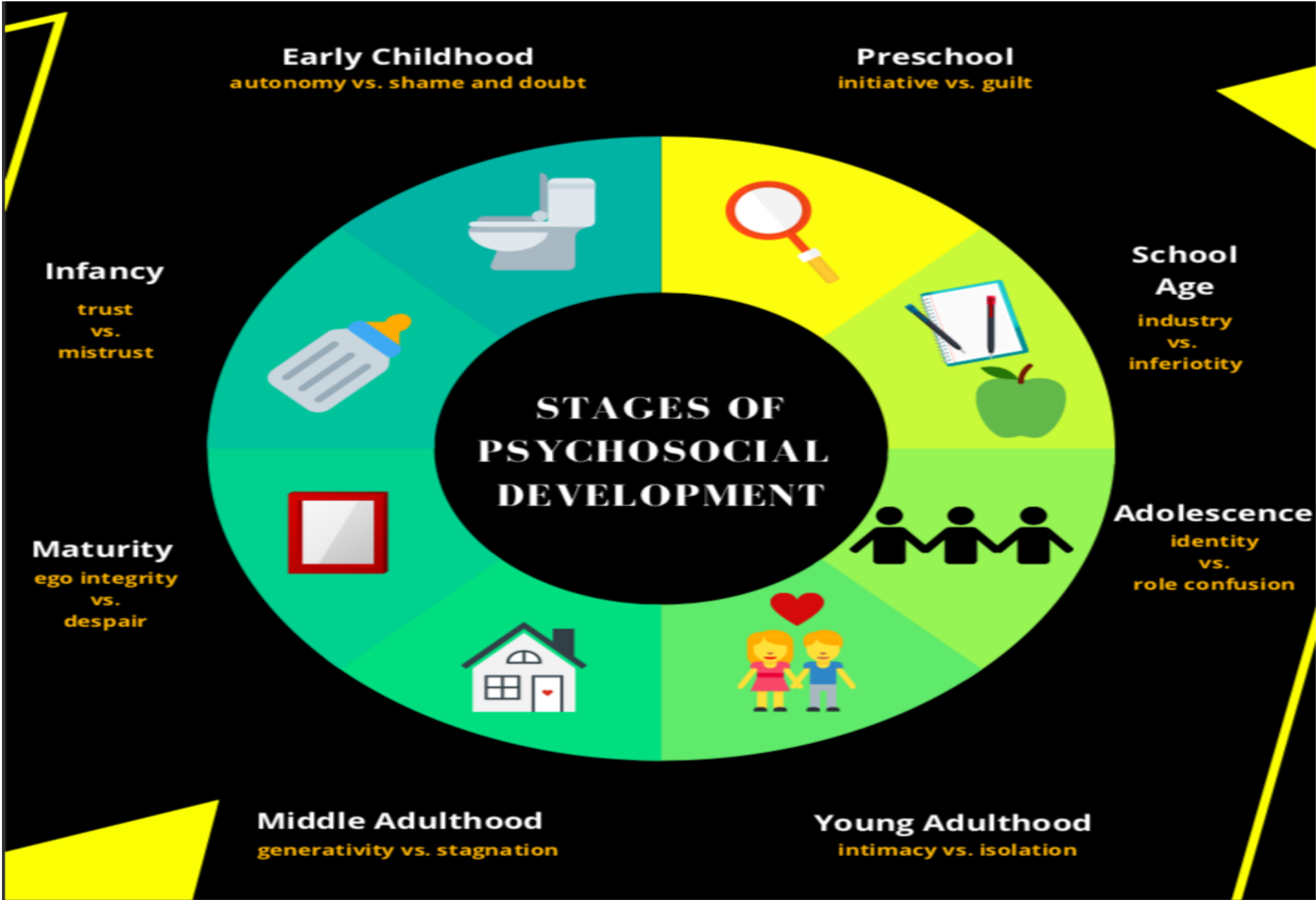
21–25 лет

26–64 года

свыше 65 лет



- 1 оральная стадия, базовое доверие или недоверие к миру;
- 2 анальная стадия, самостоятельность или чувство стыда;
- 3 фаллическая стадия, инициативность или чувство вины;
- 4 латентная стадия, компетентность или неполноценность;
- 5 подростковая и юношеская стадия, эго-идентичность или ролевое смешение;
- 6 ранняя зрелость, интимность или изоляция;
- 7 средняя зрелость, продуктивность или застой, стагнация;
- 8 поздняя зрелость, целостность эго или отчаяние.



# Кризисная ситуация

— это ситуация, выходящая за рамки обычного опыта, то есть к ней нет готовых адаптивных стереотипов поведения. Такая ситуация вызывает потрясение человека и изменение его привычной картины мира. Выделяют два типа кризисных ситуаций:

экстремальные ситуации (природные бедствия, техногенные катастрофы, различные виды насилия, в том числе терроризм и пр.) и ситуации утраты близкого (разлучение матери и ребенка, смерть близкого человека, развод и пр.)

Травма затрагивает

- иллюзию бессмертия,
- иллюзию справедливости
- иллюзию простоты устройства мира





# Кризисное состояние

— это состояние, которое возникло в результате потрясения, переживания особого рода под воздействием кризисной ситуации.

В литературе по проблемам кризисной психологии среди основных кризисных состояний, как правило, выделяют:

стресс,  
фрустрацию,  
конфликт,  
депривацию  
кризис.



# Фрустрация

реакция эмоционального напряжения в ответ на непреодолимые препятствия, как реальные, так и воображаемые. Как правило, фрустрация проявляется в психическом состоянии личности, раскрывающемся в своеобразном комплексе негативных переживаний (страх, гнев, чувство вины, стыда и т. д.) и поведенческих реакциях, что базируется на субъективной оценке непреодолимых и неустранимых препятствий при решении лично значимых задач.

# Психологические барьеры:

«Внешние» психологические барьеры представляют собой социокультурные запреты, нормы, правила, делающие исполнение замысла личности невозможным. Примером могут служить запрет на брак родственников, запрет на брак представителей различных каст в Индии и пр.

«Внутренние» психологические барьеры представляют собой моральные, нравственные запреты самой личности.

# «фрустрационная толерантность»



Депривация (лат. *privare* — отделять) — лишение или ограничение возможностей удовлетворения жизненно важных потребностей.

**Сенсорная** депривация возникает в обедненной среде при нехватке зрительных, слуховых, осязательных и других стимулов или при расстройствах функций основных органов чувств.

**Социальная** депривация обусловлена либо полным отсутствием возможности общения с другими людьми (заключение в одиночную камеру, пребывание на необитаемом острове и пр.), либо возможностью общаться лишь со строго ограниченным контингентом людей (тюрьма, работа на дрейфующей станции, в море, в космосе и пр.).

# Материнская депривация

- нарушение формирования личности;
- нарушение психического и интеллектуального развития;
- психические расстройства.



# травматический стресс

особая форма общей стрессовой реакции, когда стресс перегружает физиологические, психологические, адаптационные возможности и разрушает психологическую защиту, то есть вызывает тревогу



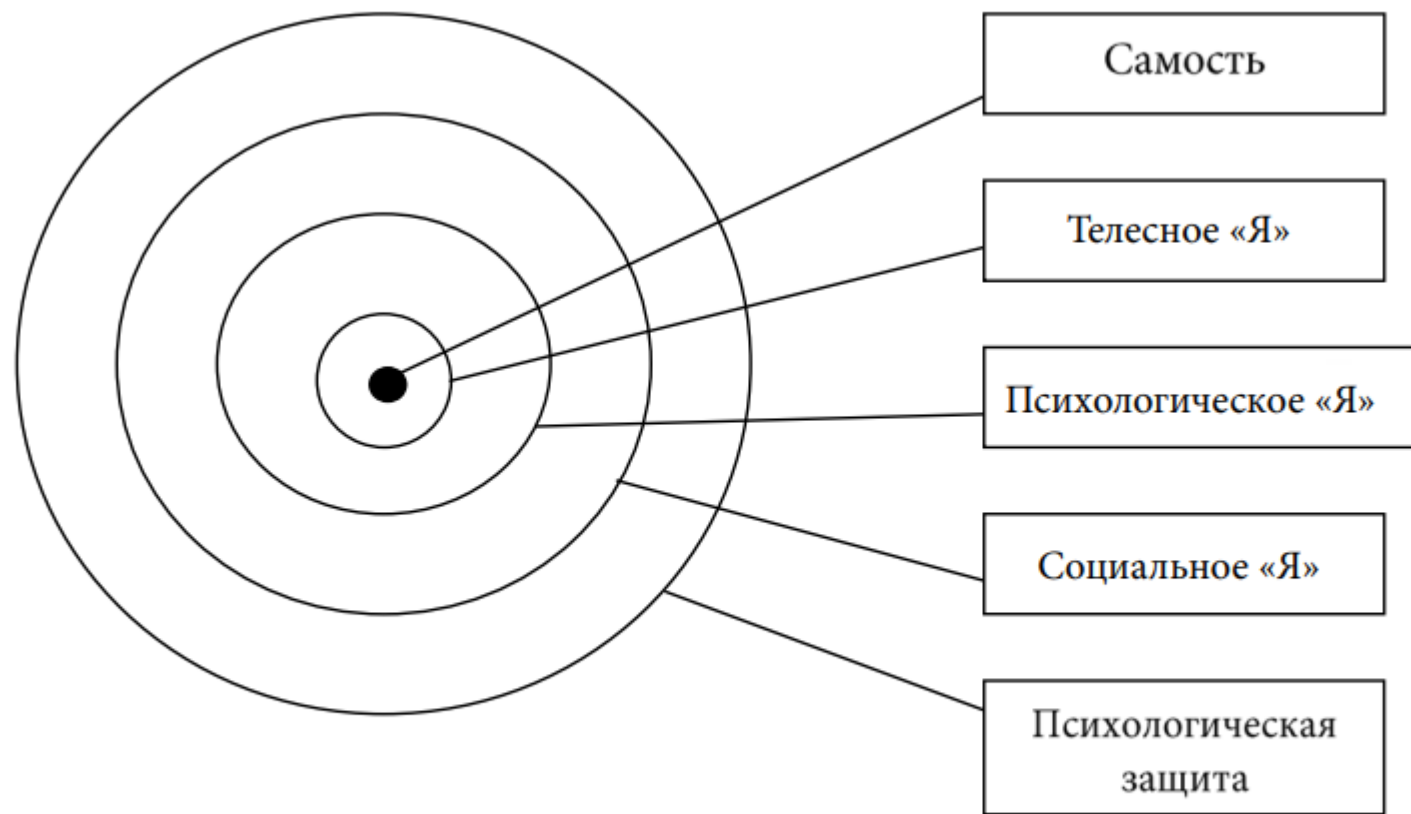


Рис. 2. Модель травматического стресса Е. М. Черепановой



**Психологическая защита** — это специальная регулирующая система, ограждающая сознание человека от отрицательных, травмирующих переживаний. Защита позволяет человеку сохранить привычное представление о себе, отвергая или искажая информацию, которая могла бы разрушить это мнение.





# СПОСОБЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ

**отрицание** — отторжение информации, которая тревожит и травмирует личность;

- **вытеснение** — активное выключение из сознания травмирующей информации и помещение ее в область бессознательного;

- **регрессия** — переход в трудных жизненных ситуациях к инфантильным, «детским», формам реагирования;

- **реактивное образование** — предотвращение выражения неприятных или неприемлемых для человека мыслей, чувств или поступков путем преувеличенного развития противоположных стремлений (гиперкомпенсация);

- **проекция** — бессознательный перенос на другое лицо собственных нежелательных или неприемлемых чувств, мыслей, стремлений;

- **идентификация** — бессознательный перенос на себя, присвоение желательных чувств, мыслей, качеств, присущих другому человеку;

- **замещение** — перенос действия, направленного на недоступный объект, на действие с доступным объектом;

- **рационализация** — псевдоразумное объяснение человеком своих чувств, мыслей, поступков в тех случаях, когда признание подлинных причин привело бы к потере самоуважения;

- **сублимация** — перенос сексуальной энергии в другие виды деятельности: спортивную, художественную, интеллектуальную и пр.

## 26.09.23 Основные концепции в практике социальной работы

- 1 Additional material\_Theories\_RU



peoples.ru/science/psychology/john\_bowlby/ММпАЕКС5КНОСп.jpeg

**Джон Боулби (1907 - 1990) –  
Теория привязанности.**

[https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.peoples.ru%2Fscience%2Fpsychology%2Fjohn\\_bowlby%2F&psig=AOvVaw3mSXTdOTg3rJ7soNHEAaVg&ust=1616047523597000&source=images&cd=vfe&ved=0CAIQjRxqFwoTCOCrqfUtu8CFQAAAAAdAAAAABAI](https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.peoples.ru%2Fscience%2Fpsychology%2Fjohn_bowlby%2F&psig=AOvVaw3mSXTdOTg3rJ7soNHEAaVg&ust=1616047523597000&source=images&cd=vfe&ved=0CAIQjRxqFwoTCOCrqfUtu8CFQAAAAAdAAAAABAI)

Для ребёнка важна привязанность к одному взрослому, который о нём заботится. Эта привязанность обусловлена эволюционно и обеспечивает биологическую и психологическую защиту ребёнка.



<http://yantar-center.ru/assets/images/23.jpg>

- Согласно Боулби, поведение привязанности работает в тандеме с исследовательским поведением: если ребенок чувствует себя в безопасности в присутствии фигуры привязанности, мотивация ребенка исследовать окружение увеличивается. Однако, если ребенок испуган или подвержен стрессу, его мотивация к исследованию уменьшается, а мотивация к поиску близости усиливается.

# Дж. Боулби: три фазы кризиса разлуки

- 1) фаза протеста, когда у ребенка есть надежда на возвращение матери;
- 2) фаза депрессии, отчаяния и безнадежности;
- 3) фаза изолированности и отрицания.



Поддержание  
близости

Зона безопасности

Привязанность

Надежная база

Сепарационная  
тревога

**Подробнее** /[www.psychologos.ru/articles/view/garri-harlou-ne-lyubil-obezyan](http://www.psychologos.ru/articles/view/garri-harlou-ne-lyubil-obezyan)



upload.wikimedia.org

**Гарри Харлоу  
(1906—1981)**



psychologos.ru

**03.10.23** Экологическая теория

Бронфенбреннера во времени и пространстве

Day 1-PPT-Participants Version-Training Part 2-RU-1

Стр 72

Day 1-ppt-rus

Стр 103

**10.10.23 генограмма**

# Посттравматическое стрессовое расстройство — это затяжная или отсроченная реакция на травматический стресс.

- больной должен быть подвержен воздействию стрессорного события или ситуации исключительно угрожающего или катастрофического характера, что способно вызвать общий дистресс почти у любого индивидуума;
- для больного характерны стойкие воспоминания или «ожившие» стрессоры в ярких воспоминаниях или повторяющихся снах либо повторное переживание горя под воздействием ситуаций, напоминающих или ассоциирующихся со стрессом;
- больной должен обнаруживать фактическое избегание или стремление избежать обстоятельств, напоминающих либо ассоциирующихся со стрессором;
- любое из двух:
  - либо психогенная амнезия, частичная или полная, в отношении важных аспектов периода воздействия стрессора;
  - либо стойкие симптомы повышения психической чувствительности или возбудимости

при посттравматическом стрессовом расстройстве выделяют три группы СИМПТОМОВ:

- повторное переживание или вторжение непрошенных воспоминаний о травме (флэш-бэк);
- «избегание», например мест, напоминающих о травматическом событии, или процесса психологического консультирования, чтобы дистанцироваться от воспоминаний о стрессе;
- гиперактивность (нарушение сна, повышенная возбудимость, раздражительность и пр.).



## 4 наиболее эффективные стратегии ПТСР:

- поддержку адаптивных навыков «Я», в том числе создание позитивного отношения к психотерапии;
- формирование позитивного отношения к возникающим симптомам, так как они являются нормальной реакцией на ненормальные обстоятельства;
- снижение избегания, так как в противном случае травматический опыт не подлежит переработке;
- изменение атрибуции смысла произошедшего травматического события, то есть создание условий перехода от ведущих в тупик вопросов «За что?» и «Почему это произошло со мной?» к осознанию смысла и уроков произошедшего.

# SIBAM

- Sensitive - ощущения
- imagine - образы
- behavior - поведение
- affect - переживания
- mind – мысли (когнитивный уровень)



# Основные направления работы с психической травмой :

- снижение тревоги посредством «вентиляции» чувств (страха, вины, беспомощности и пр.), то есть выражения своих переживаний в связи с травмой;
- формирование доступа к ресурсам личности;
- восстановление целостности личности;
- включение переработанного травматического опыта в личную историю.





## 3 стадии кризисной работы

- Первая стадия работы проходит в ближайшее время после травматического события, когда пострадавший находится в состоянии потрясения, шока. Целями кризисной работы на первой стадии являются нормализация эмоционального состояния человека посредством «вентиляции» негативных переживаний, формирование доступа к ресурсам личности и адаптация к возникшей кризисной ситуации. Эти цели достигаются посредством оказания **экстренной психологической помощи** пострадавшему



## Вторая стадия, или стадия коррекции

- когда эмоциональное состояние клиента уже в определенной степени нормализуется. Целями кризисной работы на второй стадии являются дальнейшая нормализация эмоционального состояния человека, опора на его ресурсы и восстановление социальных связей и отношений личности. Эти цели достигаются в процессе психологического консультирования клиента по актуальным проблемам его жизни и деятельности: в областях семейного, делового, дружеского общения, учебы или работы, отношения к себе и другим людям и пр

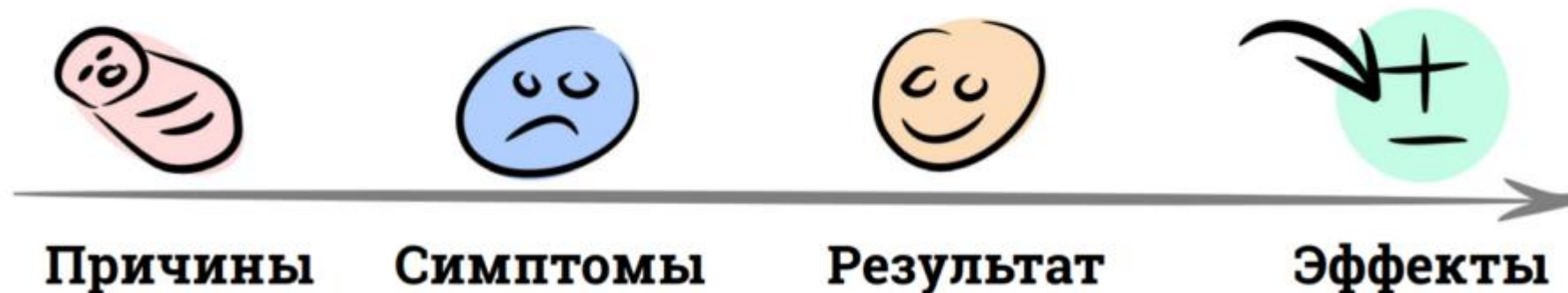


# Принципы кризисной интервенции

- эмпатический контакт;
- безотлагательность;
- высокий уровень активности консультанта;
- психологическая поддержка;
- уважение клиента;
- ограничение целей;
- интервенция в поверхностные слои сознания,
- формирование доступа к ресурсам личности.



# Ресурсы прошлого, настоящего и будущего.



# Схема вмешательства при кризисе.

- Установите контакт на уровне чувств
- Исследуйте проблему, которую он или она переживают в данный момент
- Суммируйте все сказанное о проблеме вместе с клиентом
- Сосредоточьте внимание на той области проблемы, которую вы будете рассматривать

## Виды деятельности кризисных служб. Профилактика эмоционального выгорания и вторичной травмы у работников кризисных служб

Кризисная служба — это подразделение, организованное с целью оказания социально-психологической, социально-педагогической, медицинской и иной помощи населению в состоянии травматического стресса. Это районные и городские кризисные центры, кризисные отделения в больницах специального и широкого профиля, убежища и приюты для пострадавших от насилия и пр.

# классификации кризисных служб

По видам **взаимодействия** с пострадавшими:

- контактные и дистантные кризисные службы

По видам **кризисных событий**:

- амбулаторная, стационарная социально-психологическая, социально-педагогическая, медицинская и юридическая помощь детям и взрослым, находящимся в кризисном состоянии



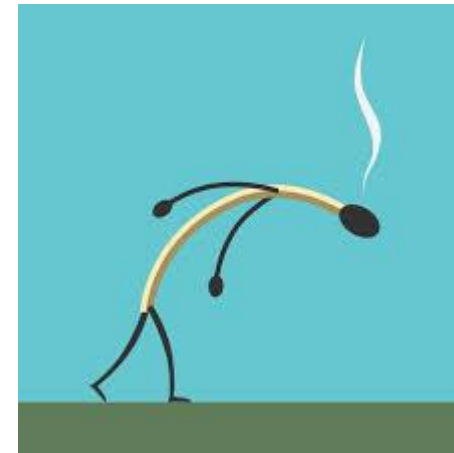
# По видам кризисных событий кризисные службы подразделяются на следующие типы:

- службы для пострадавших от психологического, физического и сексуального насилия;
- суицидологические службы;
- службы, предоставляющие психологическую помощь лицам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации





# «ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ»



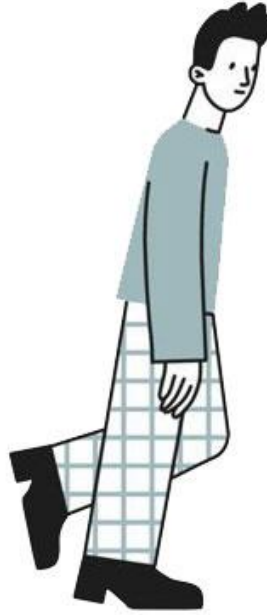
1. The Compulsion to Prove Oneself



3. Neglecting Your Needs



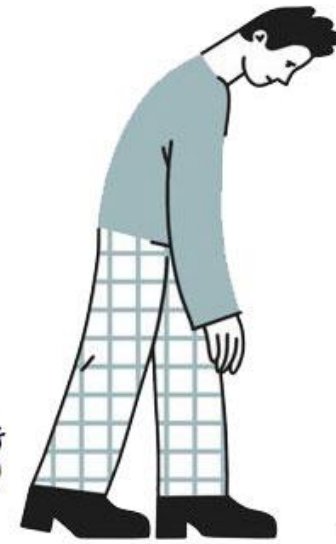
5. Revision of Values



7. Withdrawal



9. Depersonalization



11. Depression



2. Working Harder

4. Displacement of Conflicts

6. Denial of Emerging Problems

8. Odd Behavioural Changes

10. Inner Emptiness

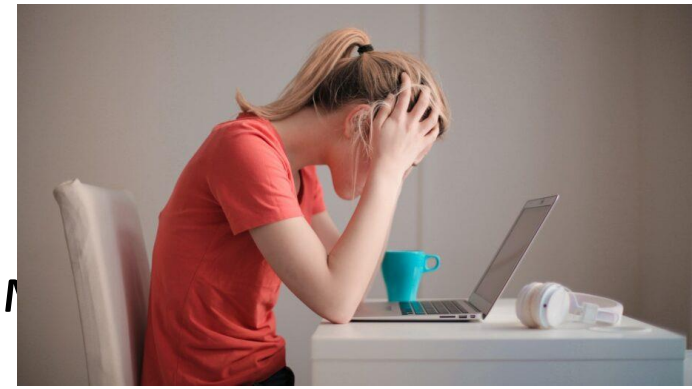
12. Burnout Syndrome

# Синдром эмоционального выгорания включает три группы проявлений:

- эмоциональное истощение — переживание опустошенности и бессилия, истощенности собственных эмоциональных ресурсов;
- деперсонализацию — дегуманизацию отношений с другими людьми (проявление черствости, бессердечности, цинизма или грубости);
- редукцию личных достижений — занижение собственных достижений, ограничение своих возможностей, обязанностей по отношению к другим, снятие с себя ответственности и перекладывание ее на других, проявление безразличия к работе.

# Индивидуальные факторы

- возраст — чем старше человек, тем менее он подвержен эмоциональному выгоранию;
- пол — для женщин более характерно эмоциональное истощение как проявление эмоционального выгорания, для мужчин — деперсонализация;
- семейное положение — специалисты, состоящие в браке, менее подвержены эмоциональному выгоранию, чем холостые;
- уровень образования — чем выше уровень образования, тем более выражено эмоциональное выгорание, вероятно, это связано с более высоким уровнем притязаний;
- локус контроля — чем выше экстернальный локус контроля, тем выше эмоциональное выгорание, то есть люди склонны приписывать все происходящее с ними влиянию внешних сил, других людей и случайностей;
  - самооценка — чем более адекватна, тем меньше эмоциональное выгорание



# Организационные факторы

- повышенная нагрузка;
- трудный случай — хронические, неизлечимые больные и пр.
- отсутствие социальной поддержки в коллективе, со стороны администрации;
- ролевой конфликт — противоречия между функциями работника;
- неудовлетворенность профессиональной деятельностью.



Вторичная травма, или вторичный травматический стресс, — это изменение во внутреннем опыте консультанта, которое возникает в результате его эмоциональной вовлеченности в отношения с клиентом, переживающим травматический стресс



## Признаки эмоционального выгорания



### Эмоциональное истощение

- потеря интереса к жизни
- безразличие к работе
- эмоциональное бесчувствие



### Дегуманизация

ненависть  
и раздражение  
к людям



### Физическое истощение

- хроническая усталость
- слабость
- бессонница
- проблемы с аппетитом



### Негативное самовосприятие

- обесценивание своего труда
- низкая самооценка
- неуверенность в своих силах

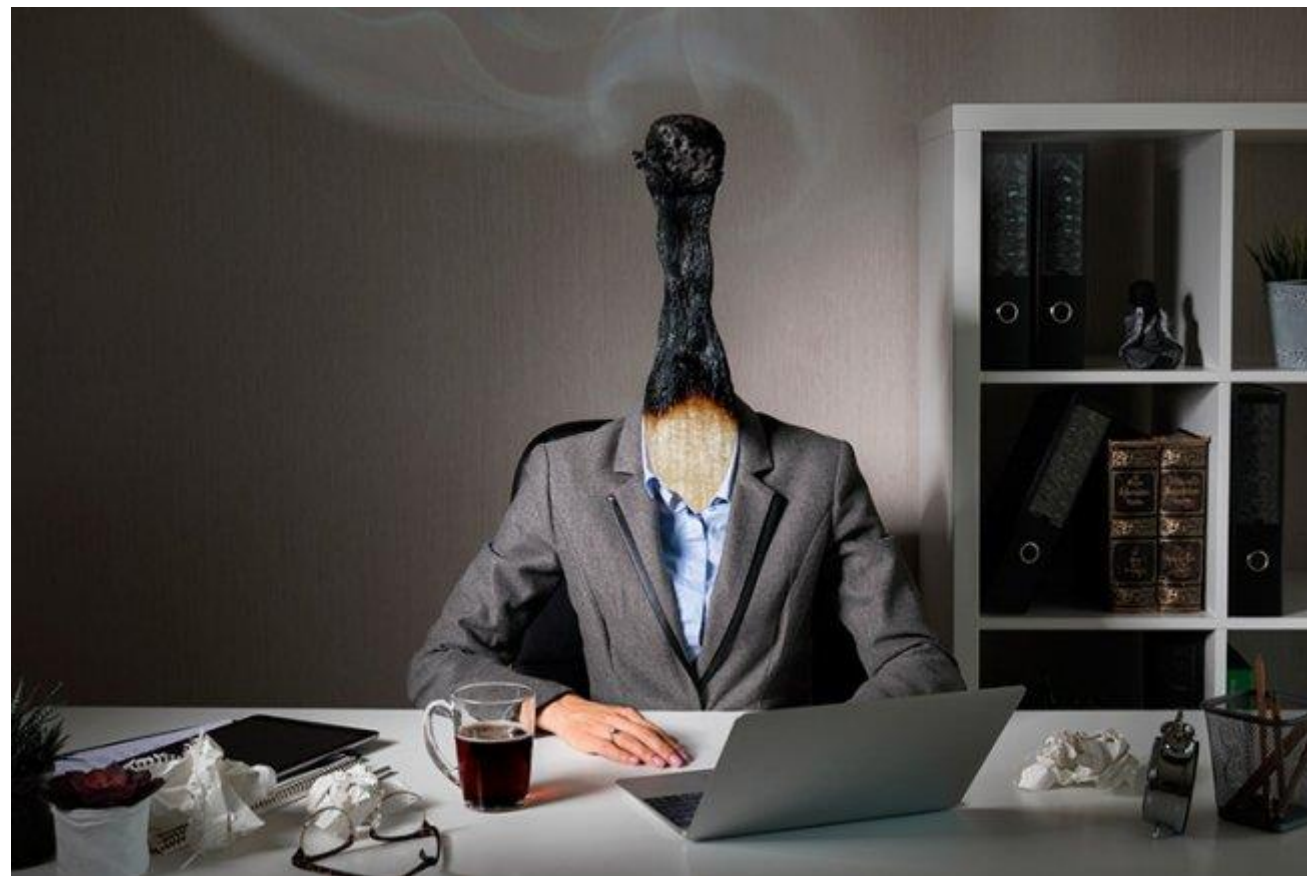


- анализ причин, приведших консультанта в эту сферу деятельности;
- восстановление или создание эффективного уровня коммуникаций;
- создание доступа к ресурсам личности;
- осознание всех аспектов травматических переживаний;
- восстановление или создание баланса работы и отдыха, умственной и физической деятельности;
- гармонизация личной жизни консультанта.





# Профилактика эмоционального выгорания



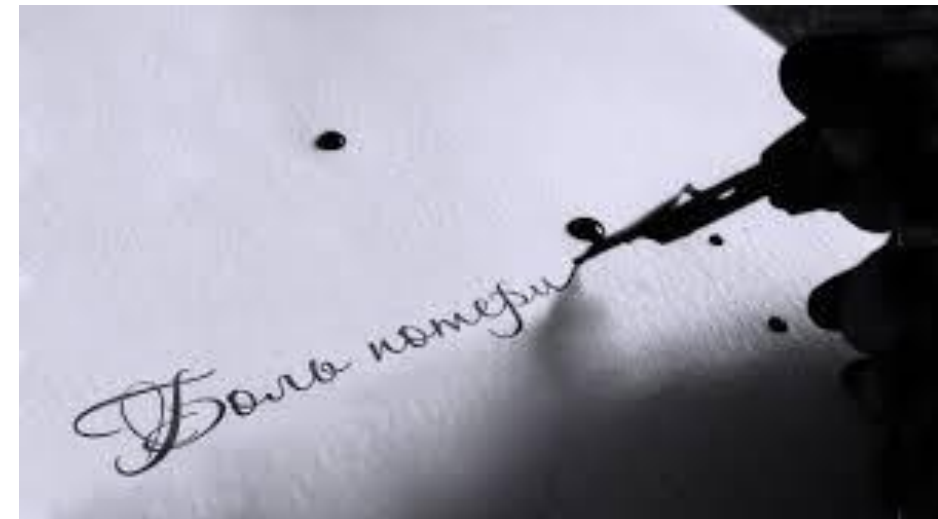
# 17.10.23 КРИЗИСНАЯ СИТУАЦИЯ УТРАТЫ

- З. Фрейд «Печаль и меланхолия» 1917 г
- Э. Линдемманн: периодические приступы физического страдания, ( 20 минут до часа), спазмы в горле, припадки удушья с учащенным дыханием, постоянная потребность вздохнуть, чувство пустоты в животе, потеря мышечной силы и интенсивное субъективное страдание (напряжение или душевная боль).



## 3 основных признака:

- постоянные вздохи; это нарушение дыхания особенно заметно, когда больной говорит о своем горе;
- общие для всех больных жалобы на потерю силы и истощение: «почти невозможно подняться по лестнице», «все, что я поднимаю, кажется таким тяжелым», «от малейших усилий я чувствую полное изнеможение»;
- отсутствие аппетита.



- изменения сознания
- чувство вины
- утрата теплоты в отношениях с другими людьми



## пять признаков острого горя:

- физическое страдание;
- поглощенность образом умершего человека;
- чувство вины;
- враждебные реакции;
- утрата моделей поведения.



# патологическое горе

- отсрочка реакции
- искаженные реакции
- повышенная активность без чувства утраты;
- появление у пациента симптомов последнего заболевания умершего;
- психосоматические заболевания;
- социальная изоляция;
- яростная враждебность к отдельным лицам;
- дальнейшая утрата форм социальной активности, вплоть до невозможности выполнять простейшую деятельность самостоятельно

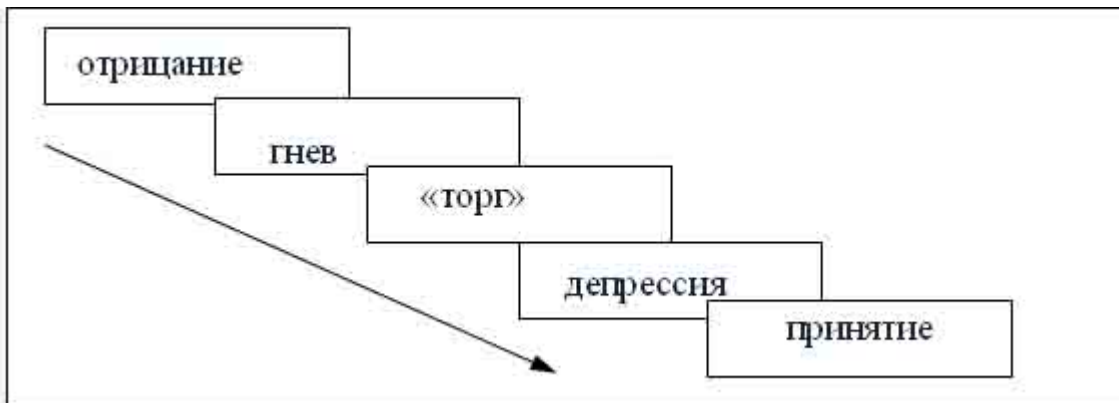
## 5 этапов: (Ф. Василюк)

- шок и оцепенение (до 9 дней);
- отрицание (до 40 дней);
- принятие горя, собственно острое горе (до 6 месяцев);
- фаза остаточных толчков и реорганизации (до 1 года);
- фаза завершения (2-й год).

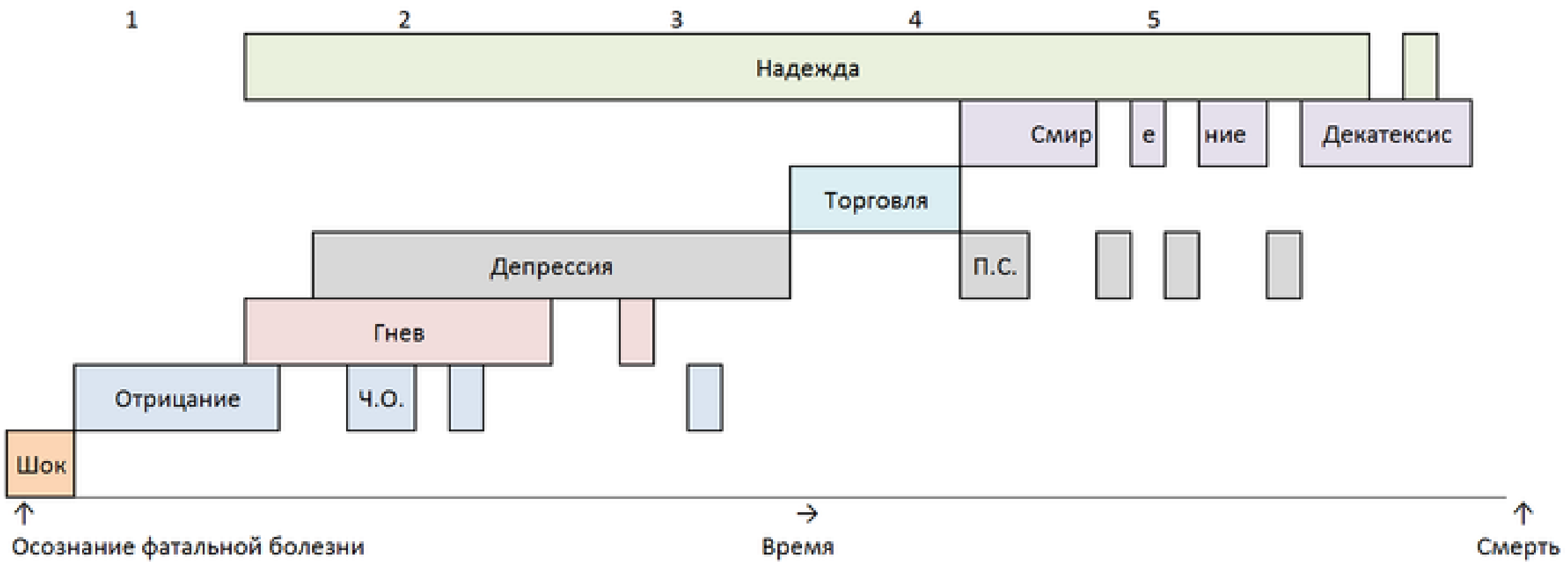


# Э. Кюблер-Росс «О смерти и умирании»

- Отрицание — «Нет, это не я!».
- Гнев — «Почему я?»
- Торг
- Депрессия — «Да, на этот раз придется умереть именно мне».
- Стадия подготовительной печали







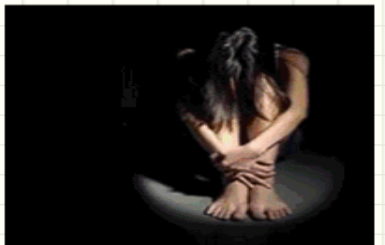
**Стадии приспособления к мысли о смерти**

«О смерти и умирании»  
Кюблер-Росс  
Элизабет  
© Ольга Виноградова 2016 Mind Map:



смирится со своей судьбой  
и спокойно ожидает развязки  
Человек

**Стадия принятия**



ничего выторговать не  
удаётся  
или время истекает  
чувство безнадежности  
переживает  
о том что уже потерял  
и о предстоящей смерти  
родными  
и близкими  
и разлуке с  
горюет  
Человек

**Стадия депрессии**

**Стадия отрицания**



отказывается признать  
возможность своей смерти  
и занимается поисками  
других, более  
обнадёживающих  
мнений  
и диагнозов  
Человек



осознаёт, что он  
действительно умирает,  
гнев  
обида  
и зависть  
к окружающим  
его охватывает  
состояние  
фрустрации  
вызванное  
крушением всех  
его  
планов  
и надежд  
Человек

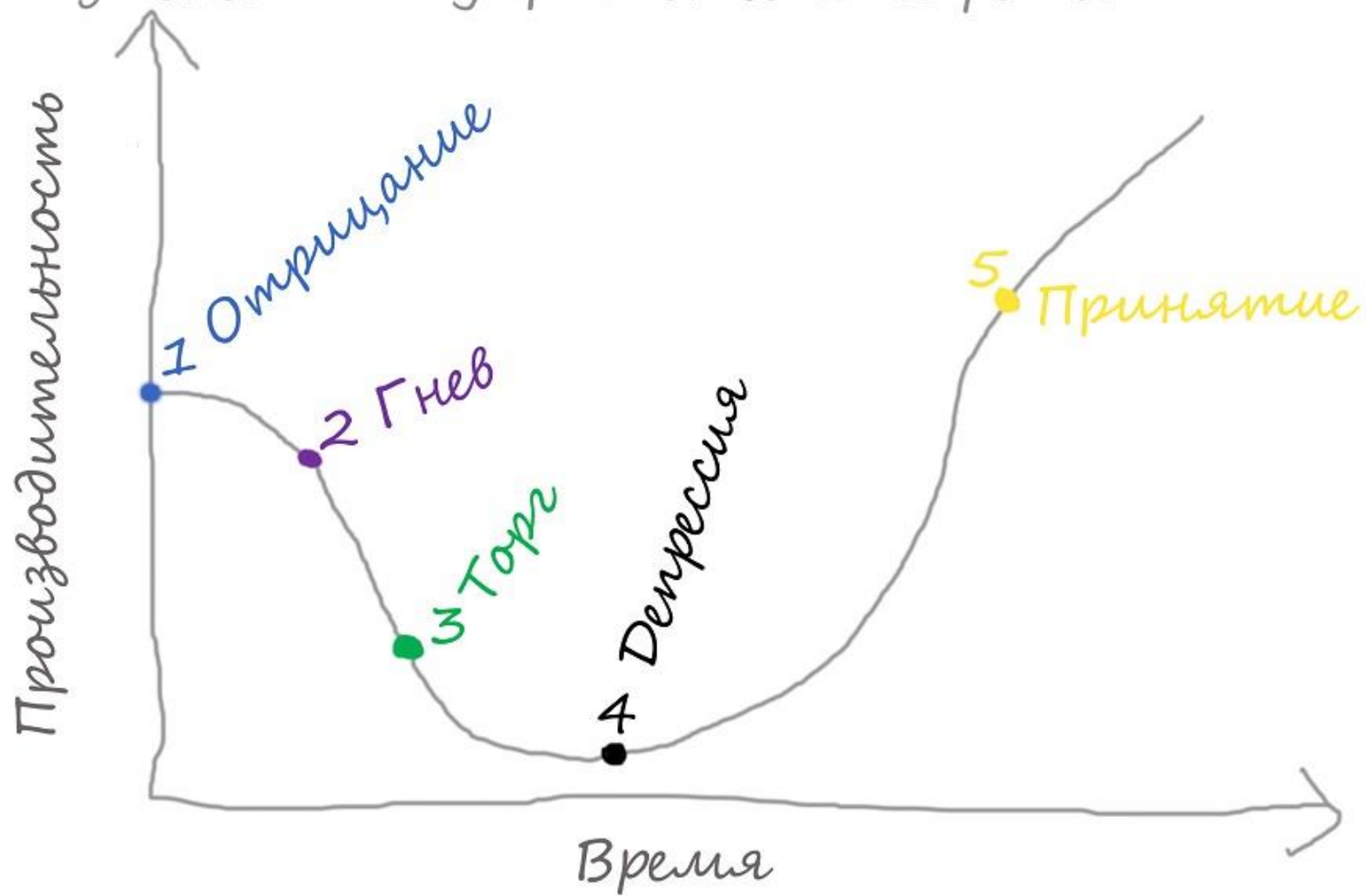
**Стадия гнева**



ищет способы продлить  
жизнь  
даёт обещания  
пытается  
договориться  
с  
Богом  
врачами  
медсестрами  
или другими людьми  
чтобы  
отдалить развязку  
или  
облегчить  
себе  
боль  
и страдание  
Человек

**Стадия торга**

5 стадий принятия неизбежного,  
изменений и управленческих решений.



# Изменение отношения к ПЕРЕМЕНАМ

(Fisher's Personal Transition Curve)







# 7 основных этапов сопротивления

1. Знакомство, установление эмпатического контакта
2. Определение, на каком этапе пути умирающего находится клиент и его психологическая поддержка.
3. Определение мировоззрения клиента и «вентиляция» возникающих страхов и опасений
4. Прояснение всех актуальных отношений, завершение незавершенных дел.
5. Оказание помощи в нахождении смысла своей жизни.
6. Оказание помощи в написании духовного завещания.
7. Оказание помощи в прощании с близкими людьми и со своей жизнью

## Взаимодействие со смертью — это всегда обращение сначала к темному и лишь затем — к светлому

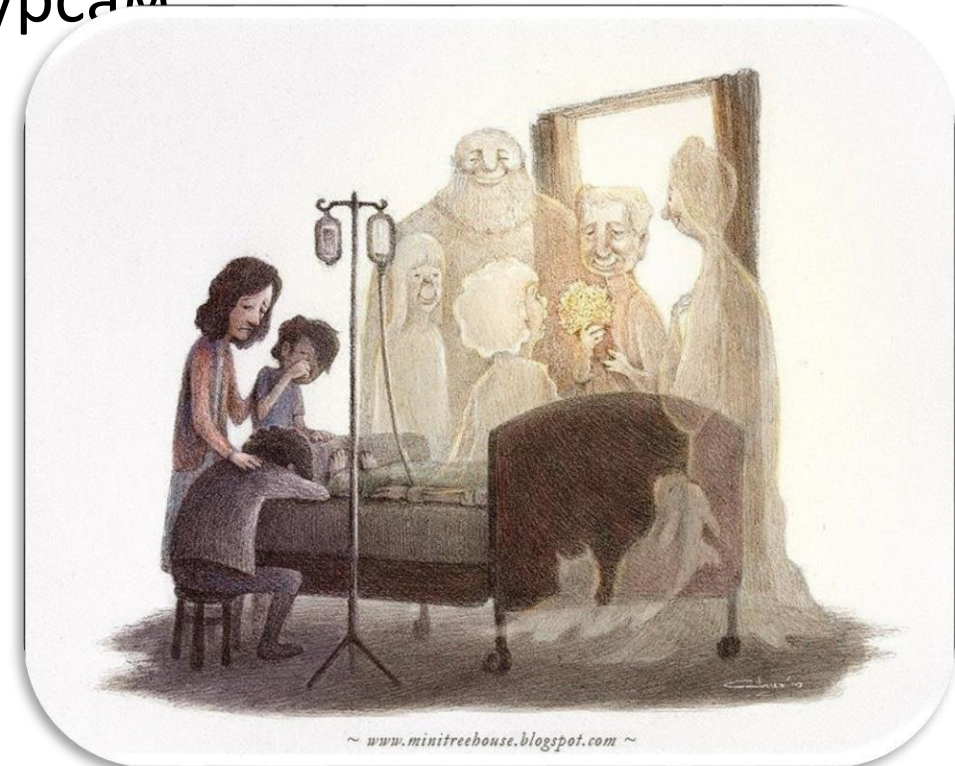
- Ритуал называния
- Горевание требует разрешения
- Горевание всегда приходит к сообществу, питает его и зависит от него.
- Горевание — это всегда поиск новой идентичности.
- Готовность консультанта работать с собой и со своим горем.
- Необходимо помнить не только об ограниченности, конечности и смертности, но и о безграничности, вечности и цикличности





# Этапы психологического консультирования

1. Знакомство, установление эмпатического контакта.
2. Прояснение запроса, цели клиента.
3. «Вентиляция» негативных переживаний клиента, завершение незавершенных отношений с умершим человеком.
4. Формирование доступа клиента к своим ресурсам.
5. Прощание с близким человеком.



Детскому горю свойственны: отсроченность, скрытость, неожиданность, неравномерность.

1. Сообщать ребенку о смерти его близкого или нет?

2. Включать его в процесс семейного оплакивания и в хлопоты, связанные с похоронами, или нет?

3. Брать его с собой на похороны или нет?

4. Вспоминать с ребенком умершего или нет?



# КРИЗИСНАЯ СИТУАЦИЯ НАСИЛИЯ

3 основных вида насилия:

- психологическое
- физическое
- сексуальное

- **Сексуальное насилие по отношению к ребенку** — использование ребенка другим совершеннолетним лицом для получения сексуального удовлетворения против желания ребенка или в условиях, когда он не в состоянии понять сексуальные действия по уровню своего развития, отказаться от них вследствие недостаточных душевных и физических сил.

**Сексуальное насилие по отношению к взрослому** — использование взрослым другого взрослого для получения сексуального удовлетворения против его желания либо принуждение его к неприемлемым для него формам сексуального взаимодействия.

## **В зависимости от места совершаемого насилия выделяют:**

- семейное (домашнее)
- школьное
- насилие на работе
- социально-бытовое насилие

## **Моббинг** («психологический террор»)

— это такое поведение коллег, руководства или подчиненных по отношению к кому-либо из работников, когда они периодически на протяжении недель, месяцев или даже лет осуществляют целенаправленное преследование, нападки, ущемляющие его/ее чувство собственного достоинства, подрывающие репутацию и профессиональную компетентность

# Социально-экономические факторы риска насилия в семье:

- низкий доход
- безработица или временная работа
- низкий трудовой статус (особенно у отцов)
- многодетная семья
- молодые родители
- неполная семья
- принадлежность к меньшинствам
- отсутствие социальной помощи от государства и общественных организаций

## **Факторы риска, обусловленные структурой семьи и моделью общения:**

- семья родителя-одиночки, а также многодетные семьи
- отчим в семье или приемные родители
- конфликтные или насильственные отношения между членами семьи; проблемы между супругами
- межпоколенная передача (родители, испытавшие или видевшие в детстве насилие, склонны к нему в обращении со своими детьми, с раннего возраста родители-жертвы усвоили паттерн агрессивного поведения по отношению к другим людям и членам семьи в частности)
- проблемы взаимоотношений родителя и ребенка
- эмоциональная и физическая изоляция семьи



## 24.10.23 Факторы риска, обусловленные личностью родителя

- ригидность, доминирование, низкая самооценка, импульсивность, низкий уровень эмпатии и открытости, низкая стрессоустойчивость, эмоциональная лабильность, агрессивность, замкнутость, подозрительность и проблемы самоидентификации;
- негативное отношение родителя к окружающим и неадекватные социальные ожидания в отношении ребенка ;
- низкий уровень социальных навыков, отсутствует умение вести переговоры, решать конфликты и проблемы, совладать со стрессом, просить помощи у других;
- психическое здоровье родителя: выраженные психопатологические отклонения, нервозность, депрессивность, склонность к суицидам увеличивают риск применения насилия в отношении детей;
- алкоголизм и наркомания родителей;
- проблемы со здоровьем
- эмоциональная уплощенность и умственная отсталость
- неразвитость родительских навыков и чувств, дефицит родительских чувств и навыков чаще всего характерен для молодых, умственно отсталых, психически больных родителей

## Факторы насилия в семье на уровне личности ребенка:

- нежеланные дети
- недоношенные дети, имеющие при рождении низкий вес;
- дети, живущие в многодетной семье, где промежуток между рождениями детей был небольшой;
- дети с врожденными или с приобретенными увечьями, низким интеллектом, с нарушениями здоровья;
- с расстройствами и нетипичными вариантами поведения
- с определенными свойствами личности;
- с привычками, действующими на нервы родителям;
- с низкими социальными навыками;
- с внешностью, отличающейся от других, или с неприемлемыми для родителей особенностями (например, «не того» пола);
- дети, чье вынашивание и рождение было тяжелым для матерей, а также дети, которые часто болели и были разлучены с матерью в течение первого года жизни

## **Механизмы насилия**

- фрустрация базовых потребностей
- социальное научение
- социальные полоролевые стереотипы

## **К базовым потребностям человека относят:**

- физиологические потребности (в пище, воде, тепле, сексе);
- потребность в безопасности (чувство защищенности, комфорт, постоянство условий жизни);
- потребность в автономии, свободе;
- потребность в общении (в принадлежности к общности, в привязанности, любви);
- потребность в самоуважении и уважении со стороны значимых людей.

## Катарсис

(от греч. katharsis — очищение) — это процесс освобождения возбуждения или накопившейся энергии, приводящий к снижению уровня напряжения.

## Социальное научение, как механизм насилия.

агрессивному поведению научаются большей частью через имитацию моделей, которые исходят в основном из трех источников:

- члены семьи и/или сверстники;
- культура и субкультура;
- средства массовой информации

Возраст модели, компетентность, подражание моделирование, процессы саморегуляции

## **Социальные полоролевые стереотипы как механизм насилия.**

В 1979 году появился документ ООН «О ликвидации всех форм дискриминации в отношении женщин»

## **Ближайшие последствия жестокого обращения и невнимательного отношения к детям в виде психологического, физического и сексуального насилия**

физические травмы, повреждения, а также рвота, головные боли, потеря сознания, характерные для синдрома сотрясения; острые психические нарушения в ответ на любой вид агрессии; в виде возбуждения, стремления куда-то бежать, спрятаться либо в виде глубокой заторможенности, внешнего безразличия; страх, тревога и гнев; депрессия с чувством собственной неполноценности



**Отдаленные последствия жестокого обращения  
и невнимательного отношения к детям в виде психологического,  
физического и сексуального насилия**

- нарушения физического и психического развития ребенка, различные соматические заболевания, личностные и эмоциональные нарушения, социальные последствия.

## Черты взрослого человека, не справившегося с травмой насилия в детстве

- хаотичная или дезорганизованная семья;
- жестокость, насилие;
- неумение проявлять заботу в семье;
- потеря интереса к ребенку в семье или его неприятие;
- низкое качество общения членов семьи между собой;
- саморазрушающее поведение.

## **Эмоциональными реакциями детей на насилие и жестокость могут быть:**

- чувство ответственности за насилие; чувство вины за постоянное насилие или жестокость (при частом или непрекращающемся насилии);
- постоянное возбуждение; переживание потери (дети, отделенные от родителя, применяющего насилие, постоянно переживают потерю);
- противоречивость: дети не осознают, что можно не знать о чувствах другого человека или иметь одновременно два противоположных чувства;
- страх быть покинутым;
- потребность в чрезмерном внимании взрослых;
- боязнь телесных повреждений;
- стыд;
- беспокойство о будущем.

## Последствия психологического насилия:

- Искажение образа «Я», обвинение самих себя за происходящее; снижение чувства собственной ценности и значимости.
- Чувства страха и беспомощности как доминирующие чувства, мир воспринимается как двусмысленный, неопределенный и всегда опасный.
- Открытость, хрупкость и неопределенность границ собственного «Я», неспособность вовремя идентифицировать различные формы насилия; неспособность установить пределы и ограничения.
- Депривация базовых потребностей (неудовлетворение потребности в любви, принятии, понимании, принадлежности).
- Обязательное стремление к близости, синдром эмоциональной зависимости (созависимости): сверхпотребность в любви, страх потерять объект привязанности, зависимость, неуверенность в себе и в других, отрицание собственных потребностей
- Подавление или обесценивание собственных чувств и переживаний, нарушение способности наслаждаться жизнью, нарушение способности к установлению эмоциональной близости, синдром «аффективной тупости» (отсутствие чувства общности с другими людьми, ощущение себя неспособным строить отношения эмоциональной привязанности, отвержение себя и других).

## Последствия физического насилия:

- Представление о случившемся как о заслуженном
- Нарушение представления о неприкосновенности собственных границ
- Амбивалентное отношение к насильнику
- Недоверие к окружающим людям; отсутствие привязанностей, что является фактором риска для возникновения психопатологических расстройств.
- Искажение системы ценностей: ценности упрощаются, наиболее ценным становится то, что может гарантировать безопасность.
- Нарушение способности понимать собственные чувства и состояния других людей, эмоциональная «замороженность», формирование замкнутости, тревожности, депрессивные состояния, снижение способности к самовыражению.
- Отсутствие контроля над своей импульсивностью,
- Представление о жестокости и насилие как о нормальной форме взаимоотношений.
- Интериоризация паттерна отношений «насильник — жертва»

## Последствия сексуального насилия:

- Утрата базового доверия к себе и миру.
- Нарушение физических и эмоциональных границ, в результате которого травматический опыт в дальнейшем воспроизводится в течение жизни.
- Нарушение отношений с собственным телом, включающее не только изменение позитивного отношения к нему, но и искажение телесной экспрессии, стиля движений.
- «Сексуализация поведения» — постоянная готовность быть сексуальным объектом
- Формирование модели «любовь всегда связана с жертвой, болью», нарушение способности строить долгосрочные партнерские отношения.
- Выработка защитной «стратегии выживания» в виде диссоциации личности
- Амбивалентность переживаний
- Нарушения Я–концепции
- Сексуальные дисфункции
- Химические зависимости, пограничные личностные расстройства.
- У девочек — виктимизация поведения, у мальчиков — принятие роли насильника, формирование агрессивного сексуального поведения.

Методы психологической помощи детям,  
пострадавшим от насилия

# Дж. Кульберг четыре фазы кризиса:

- 1) фаза шока (кратковременная). Человек, находящийся в кризисе, стремится отстраниться от действительности. У него могут быть различные реакции – от вербальной агрессии, крика, плача до бессмысленных действий: перекидывания вещей и т.д.;
- 2) фаза реакции. Это фаза осмысления, когда человек стоит перед необходимостью понять ситуацию, хотя она представляется ему хаотичной, не имеющей логики развития и существования;
- 3) фаза обработки. С точки зрения продолжительности эта фаза индивидуальна для каждого человека. На данной стадии человек анализирует и сопоставляет различные факты жизнедеятельности, приведшие к трудной жизненной ситуации;
- 4) фаза ориентации. Она закладывает основу для адаптации, которая может иметь как положительные, так и негативные сценарии развития. Здесь формируются основы планирования будущего и ориентиры на определение ситуации в настоящем.



Что такое хорошо и  
что такое плохо?

***Дилеммы***

***Кольберга***

# Лекция 1. Социальные кризисы, экстремальные ситуации в обществе

# Г. Бернлер и Л. Юнссон : основные формы поведенческого и эмоционального проявления клиента в проблемной ситуации

- временное отклонение;
- хроническое отклонение;
- кризис;
- слом.

## 31.10.23 Р. Баркер :два значения кризиса

- а) личные ориентации – переживания, страдания, эмоциональные сдвиги;
- б) средовые ориентации – обозначение социальных событий, приводящие к нарушению функционирования социальных институтов.

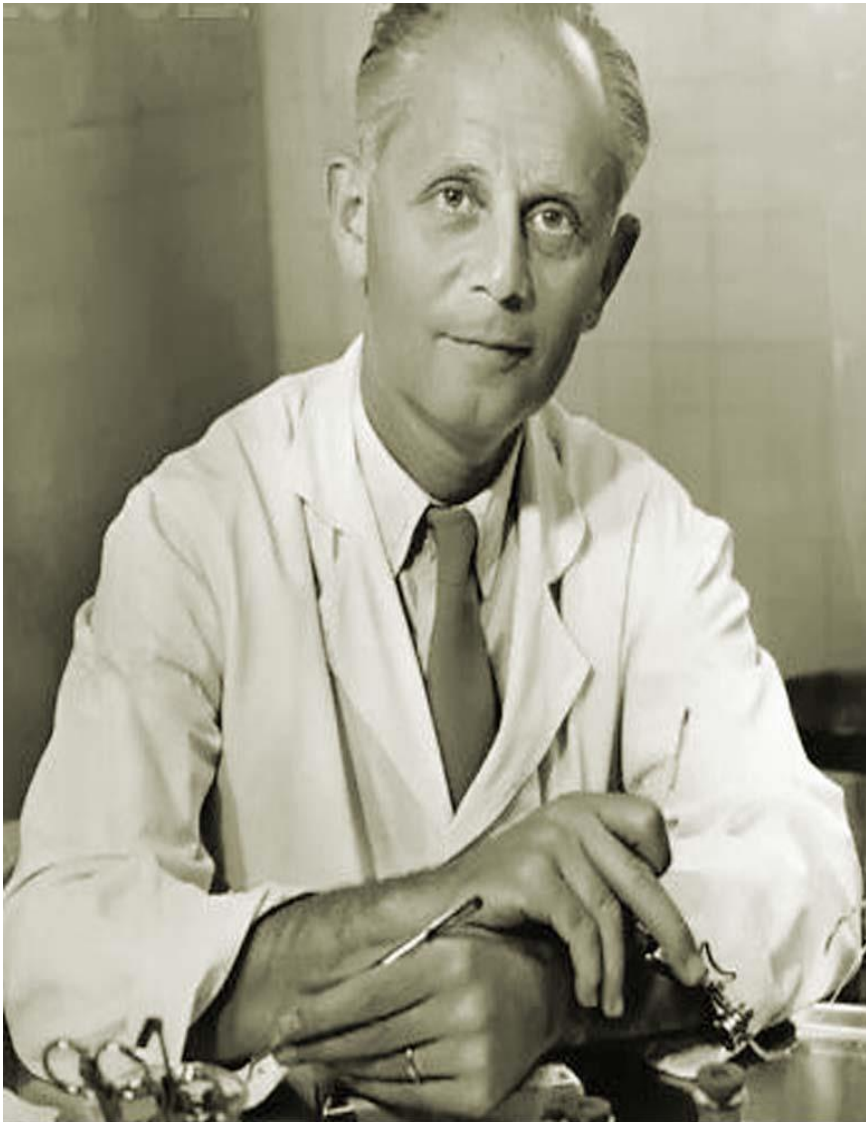
# кризисные краткосрочные интервенции

- направлены на вхождение в жизненную ситуацию индивида, семьи или группы с целью оказания помощи в мобилизации ресурсов, необходимых для адекватного решения проблемы.

## Условия борьбы со стрессом

- Внятное понимание природы стресса и стадий его развития
- Отчетливое представление о границах возможного воздействия на протекание стрессовой ситуации
- Готовность к активным усилиям по достижению стрессоустойчивости





(1907-1982)

*канадский патолог и эндокринолог австро-венгерского происхождения*

Ганс Селье

# Ганс Селье

**Стресс** - это неспецифический ответ организма на любое предъявленное ему требование, и этот ответ представляет собой напряжение организма, направленное на преодоление возникающих трудностей и приспособление к возросшим требованиям.

В динамике стрессового реагирования **три фазы:**

**Реакция  
тревоги**

**Фаза  
сопротивления**

**Фаза  
истощения**



# Физиологическая природа стресса



в коре головного мозга формируется очаг возбуждения — *доминанта*

Возбуждается одна из структур промежуточного мозга — *гипоталамус*

Активизируется связанную с ним железа внутренней секреции — *гипофиз*

выбрасывается в кровь порция гормона АКТГ — адренокортикотропный гормон

надпочечники выделяют адреналин и другие физиологически активные вещества (гормоны стресса)

усиливается сердцебиение, учащается дыхание, повышается кровяное давление и т.д.

# Стресс и дистресс

Стресс



напряжение, мобилизующее, активизирующее организм для борьбы с источником негативных эмоций

Дистресс



чрезмерное напряжение, понижающее возможности организма адекватно реагировать на требования внешней среды



# Виды стрессов

ХРОНИЧЕСКИЙ

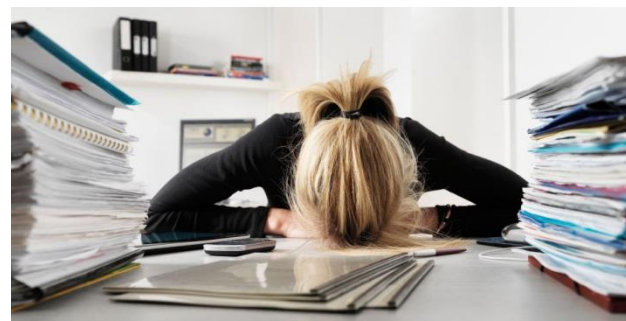
ОСТРЫЙ

ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЙ

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ

ИНФОРМАЦИОННЫЙ

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ



- Day 3-PPT-Participants Version-Part 2-RU
- Стр 98

# Этапы развития стресса, описанные Г. И. Косицким

- 1. Вначале – стадия мобилизации, сопровождается повышением внимания, активности. Это нормальная, рабочая стадия. Нагрузки, даже частые, протекающие на этой стадии, приводят к тренировке организма, повышению его стрессоустойчивости – первичный рост напряжения, стимулирующий привычные способы решения проблем;
- 2. Вторая стадия стресса, или «фаза стенической отрицательной эмоции», носящей стеничный, активно-действенный характер: ярость, гнев, агрессия. Ресурсы организма расходуются неэкономно. Повторные нагрузки приводят к истощению;
- 3. Фаза «астенической отрицательной эмоции». Наступает черед отрицательных эмоций, носящих астенический, пассивно-бессильный, упаднический характер. Человеком овладевают тоска, отчаяние, неверие в возможность выхода из тяжелой ситуации;
- 4. Последняя стадия – невроз, срыв. Человек деморализуется, смиряется с поражением. Наступают негативные последствия, которые стресс оставляет в организме: депрессия, начальные стадии психосоматического заболевания.

# Подходы к кризисам

Автор/ модель кризиса	Первая фаза	Вторая фаза	Третья фаза	Четвертая фаза
Дж. Боулби/ Индивидуальный кризис	Протест	Депрессия	Изоляция	
Р. Хилл/ Семейный кризис	Острый кризис	Дезорганизация	Восстановление	Реорганизация
Дж. Кульберг/Общая модель	Шок	Реакция	Обработка	

Логотерапия Виктора Франкла и Элизабет Лукас,  
три типа ценностей, способных послужить опорой,  
«Отчаяние = страдание - смысл».



В чем смысл жизни?

- **Логотерапия** — это направление экзистенциальной психотерапии, основанное на поиске смысла своего существования, который должен стать мощной жизненной мотивацией.
- Была оформлена как самостоятельное учение в середине XX вв. австрийским психиатром Виктором Франклом.
- Суть в том, чтобы **направить внутренний взгляд на внешний мир, отвлечься от собственных страданий и осознать свою необходимость прежде всего для других людей, а не для самого себя.**
- Отсюда и название: **«ЛОГОС»** в переводе с греческого — **«СМЫСЛ»**.



- Согласно данной концепции, все проблемы начинаются в тот момент, когда человек заостряет внимание на собственных переживаниях.
- Акцентируясь на них, он раздувает любую мелочь до вселенских масштабов и делает самого себя несчастным, занимаясь самокопанием.
- **Выход** — абстрагироваться от них, посмотреть на себя со стороны и увидеть, что всё далеко не так плохо, а рядом есть люди, которым в несколько раз хуже и которые нуждаются в помощи и поддержке.

- Такой подход в решении личностных проблем помогает отчаявшимся, которые потеряли смысл жизни и склонны к суициду.
- Считается, что из всех направлений логотерапия — одна из самых эффективных практик, позволяющих предотвратить самоубийства.
- А также она действенна в лечении фобий и обсессивно-компульсивного расстройства
- **Логотерапия** — это помощь людям, которым собственное существование кажется тоскливым, бесцельным прозябанием. Апатия, депрессия, синдром хронической усталости, безучастность — лишь те немногие проблемы, которые она способна решить.

# Концепции

За концептуальные основы своего направления Франкл взял идеи экзистенциализма, а именно:

- учения Сократа, Аристотеля и Эпикура, которые помогали людям постичь себя через осознание сущности окружающего мира;
- философия Кьеркегора, Ницше, Хайдеггера, Сартра, Камю: жизнь — череда конфликтов и страданий, которые ведут к переосмыслению ценностей и развитию личности;
- феноменология Гуссерля: страдания очищают человека;
- непосредственно экзистенциализм Ясперса и Бинсвангера: цель — осмысление и изменение жизни, с полным принятием ответственности за выбор ценностей;
- дазайн-анализ Медарда Босса: жизнь — настоящий момент без оглядки на прошлое.

# Показания

- Жизненный кризис;
- семейные проблемы;
- депрессивное или стрессовое состояние;
- беспричинная тревога, [панические атаки](#);
- зависимости различного рода: алкогольная, наркотическая, игровая;
- обсессивно-компульсивное расстройство;
- фобии;
- проблемы со сном;
- сексуальная дисфункция;
- жизненные ситуации, связанные с неизлечимыми болезнями, смертью близкого человека;
- неудовлетворенность собой, скука, апатия, безучастность, разочарование.

# Основные принципы

- согласно логотерапии, человеческая жизнь приобретает смысл лишь в трёх случаях.

## 1. Деятельность, творчество, созидание

- Когда человек реализует свой потенциал, желая оставить после себя след или просто безвозмездно помочь другим. Он становится деятельным. У него появляется мотивация: закончить картину, добиться карьерного роста, спасти как можно большее количество бездомных животных и т. д.
- Добившись цели, он ставит перед собой новую и начинает всё заново. Такая направленность во внешний мир не оставляет места для утрирования собственных проблем. Они решаются сами по себе, с течением времени, когда приходит необходимость.

## 2. Новый опыт, новые ощущения, новые знакомства

- То же самое происходит с людьми, которые постоянно обогащаются чем-то новым. Они хотят прочитать как можно больше книг, посетить как можно больше мест, попробовать экстремальные виды спорта. Сюда же относятся любовь, дружба, семья, когда чья-то жизнь становится важнее собственной.
- С одной стороны, это делается для удовлетворения личных потребностей, но способы реализации всё равно лежат вне человека и направлены в окружающий мир. Это не даёт заикливаться на своих внутренних конфликтах и противоречиях.

### 3. Страдания — путь к переосмыслению

Если два первых пути к обретению смысла жизни не даются человеку, лишь в этом случае логотерапия разрешает обратиться внутрь себя. На личные проблемы необходимо взглянуть как бы со стороны и подвергнуть их логическому анализу.

- А есть ли смысл в собственных страданиях?
- К чему они приведут?
- Ответы на эти вопросы становятся началом переосмысления жизненных ценностей.

# Основные понятия (Суть логотерапии)

**Свобода воли** — возможность делать выбор, не ограниченный обстоятельствами.

**Воля к смыслу** — первичная мотивация человека. А вовсе не физическое удовольствие, согласно идеям Фрейда.

**Смысл жизни** — конечная цель существования человека как биологического вида и индивидуума, ключевое понятие в логотерапии для становления духовно-нравственного облика личности.



## 07.11.23 Трудные случаи

- **Фрустрация** — когда человек сомневается в выборе и расстановке приоритетов (согласно логотерапии, не является психическим заболеванием).
- **Экзистенциальный вакуум** — потеря смысла жизни, апатия, безучастность, часто наступает после фрустрации.
- **Ноогенный невроз** — следствие экзистенциального вакуума. Клинический диагноз. Становится причиной депрессий, наркомании, алкоголизма, неуправляемой агрессии, суицидальных навязчивых мыслей.

# Методы и техники



# Методики

- Логоанализ (инвентаризация) — объективный взгляд со стороны на все аспекты собственной личности.
- Парадоксальная интенция — противоречивая попытка сделать то, чего больше всего боишься.
- Дереклексия — переключение внимания с самого себя на окружающий мир.

# Логоанализ

Автор техники — один из учеников Франкла, американский психотерапевт Джеймс Крамбо. Сам он называл её инвентаризацией.

Методика логического анализа жизни человека, детальный разбор по полочкам его ценностей, обучение взгляду на себя внутреннего со стороны.

## Используемые приёмы:

расширение поля сознательного знания;

стимулирование творчества.

- Метод позволяет провести детальную, как выражается Крамбо, *инвентаризацию* жизни пациента. В логоанализе используются два основных приёма: расширение поля сознания (т. н. «сознательного знания») и стимулирование творческого воображения. После каждого шага инвентаризации происходит обсуждение результатов с терапевтом. Это позволяет выработать навык чаще смотреть на свою жизнь, как бы оценивая её со стороны. Цикл полноценного логоанализа продолжается в среднем около полутора лет.

## Основные тезисы логоанализа:

- Всегда существуют ответы, даже если они сейчас не видны.
- Эти ответы заключены в нас самих. Это глубокие духовные инсайты.
- Способ открытия этих ответов — глубокий проникающий взгляд на собственную жизнь (инвентаризация жизни) и стимулирование творческого воображения.

# Парадоксальная интенция

Автор техники — сам Виктор Франкл. Используется для лечения фобий и обсессивно-компульсивного расстройства.

Методика предполагает намеренное стремление захотеть то, чего человек боится (в случае с фобиями).

## Примеры:

при бромгидрофобии (боязни вспотеть) — стараться каждый раз вспотеть ещё сильнее, чем раньше, поставить новый рекорд;

при кинофобии (боязни собак) — намеренно завести себе питомца;

при талассофобии (боязни моря) — отправиться отдыхать на морской курорт.

С помощью парадоксальной интенции можно вылечить практически любую фобию. Известны реальные случаи выздоровления уже через неделю активного применения методики.

# Дереклексия

Автор техники — Виктор Франкл.

Заклучается в том, чтобы полностью отключиться от собственных переживаний, забыть про них, направив всю энергию во внешний мир. Применяется при лечении нарциссизма, депрессии, невроза и даже сексуальных дисфункций. Человек учится постепенно отводить на второй план то, что его беспокоит, заменяя мыслями о других.

Например, при [завышенной самооценке](#) пациенту предлагается устроиться волонтером, заняться благотворительностью.

При депрессии устраивают групповую терапию, при этом логотерапевт выступает лишь в роли направляющего, а не ведущего: пациенты должны заниматься проблемами друг друга, но не своими.

При половой дисфункции предлагается акцентировать внимание на партнере, а не на собственном дискомфорте и фиаско.

# Применение на практике

- **При работе с детьми**
- Логотерапия вполне применима в раннем возрасте, начиная с детского сада. Специалисты работают с детьми замкнутыми, апатичными, ничем не интересующимися, а также теми, кто пережил смерть одного из родителей. В зависимости от ситуации, применяются разные методы.
- **Вербализация переживаний**
- Маленькие детки не способны глубоко рефлексировать и смотреть на себя со стороны. Поэтому логоанализ выстраивается иным путём — через игрушки или вымышленного сказочного персонажа. Специалист рассказывает ребёнку историю, максимально похожую на его, которая якобы произошла со слонёнком (к примеру). Затем выстраивается диалог о том, что чувствует слонёнок, как он себя должен вести и как ему можно помочь.



## **Свободные словесные ассоциации**

- Диагностическая методика, используемая в логотерапии и позволяющая понять, как выстраиваются отношения ребёнка с родителями, воспитателями и другими детьми.
- При работе с проблемными детьми логотерапевты также активно используют различные арт-методики: рисование, сказкотерапию, лепку.

## При работе с подростками

- Многие психотерапевты считают, что логотерапия — одно из самых эффективных направлений для лечения подростковой склонности к суицидам. Девиантное поведение — результат разложения в обществе нравственных идеалов. Поэтому здесь активно применяется дерефлексия, направленная на формирование смысложизненных ориентаций, собственных ценностей.
- Помощь в осознании смысла жизни благотворно сказывается на психическом здоровье. Подростки после курса лечения начинают понимать, насколько вредны и разрушающи алкоголь и наркотики. Они пробуют осознанно выбирать свои нравственные идеалы, не оглядываясь на существующих идолов.
- Не так давно было создано новое поднаправление, которое было названо «ЛогоАрт-терапия». Её цель — помочь подросткам найти себя в этой жизни, реализовать свой творческий потенциал.

## Упражнения для взрослых

- При серьёзных расстройствах личности и поведения, фобиях, затяжных депрессиях и склонности к суициду необходимо обращаться непосредственно к специалисту. На занятиях проводится групповая терапия по программам «Я счастлив(а) когда...», «Взаимные комплименты», «Светлые стороны моей жизни» — активно применяется метод дерефлексии.
- Если у человека просто тяжёлая жизненная ситуация и опустились руки, можно самостоятельно воспользоваться отдельными упражнениями логотерапии.

# Упражнения для интервенции

- **Расскажи мне обо мне**
- Попросите кого-нибудь, кто вас хорошо знает, рассказать ему о вас. Приготовьтесь выслушать хорошие и плохие моменты. Второй шаг — выслушать о себе от того, кто вас мало знает. Третий — представить себе, что вы писатель, абсолютно другой человек, и написать о себе. Сравните характеристики и составьте обобщающий словесный портрет. А теперь работайте над тем, что надо исправить.

- **«Доброделатель»**
- Поставьте перед собой цель — делать по одному доброму делу в день. Пусть они будут незначительными и незаметными — главное, чтобы вы получали от этого удовольствие. Через неделю увеличьте нагрузку до 2 дел. И так по нарастающей.

- **«Жилетка»**
- Поиграйте в ролевую игру. Представьте себя дипломированным психологом. Выберите из своего окружения человека, который попал в трудную жизненную ситуацию и которому плохо. Ваша задача — помочь ему восстановиться так, чтобы он даже не заметил, что вы это делаете целенаправленно.
- После выполнения таких упражнений меняются жизненные ценности и собственные проблемы начинают казаться мелкими.

# Достоинства и недостатки

## Плюсы:

- эффективность в лечении депрессий, обсессивно-компульсивного расстройства, фобий, зависимостей и склонности к суициду;
- гуманистическая направленность (во внешний мир, а не в себя);
- моральный аспект (нивелирована сексуальная составляющая психоанализа Фрейда);
- тщательная проработка концепции, начиная с древних философов;
- не просто философия и эмпирические размышления, а способ реального спасения жизней;
- длительный результат: часто избавляет от фобии на всю жизнь.

## Минусы:

- не помогает в тяжёлых клинических случаях расстройств личности;
- мало профессиональных центров и логотерапевтов;
- предполагает тщательную работу пациента над собой;
- некоторые случаи требуют длительного лечения (до 1,5 лет).



## **медико-психологическое сопровождение деятельности сотрудников правоохранительных органов**

- вооруженное противостояние с антисоциальными элементами
- огневое противоборство с вооруженным преступником или группой
- чрезмерность и протяженность внешних средовых воздействий
- внезапная смена жизненного и профессионального стереотипа

психическая дезадаптация проявляется:

- в снижении работоспособности,
- повышенной утомляемости,
- аномальных личностных реакциях, девиантных формах поведения (злоупотребление алкоголем, суицидальные тенденции, агрессивность, импульсивность поступков и др.),
- в нервно-психических и психосоматических (гипертоническая болезнь, ишемическая болезнь сердца, язвенная болезнь желудка, бронхиальная астма, кожные заболевания и др.) нарушениях.

# СОЦИАЛЬНАЯ ПОМОЩЬ В КРИЗИСНОЙ СИТУАЦИИ

В систему социальных служб входят следующие учреждения:

- 1) центры социального обслуживания населения;
- 2) комплексные центры социального обслуживания населения;
- 3) территориальные центры социальной помощи семье и детям;
- 4) социально-реабилитационные центры для несовершеннолетних;
- 5) центры помощи детям, оставшимся без попечительства родителей;
- 6) социальные приюты для детей и подростков;
- 7) центры психолого-педагогической помощи населению;
- 8) центры экстренной психологической помощи по телефону;
- 9) центры реабилитации инвалидов;
- 10) центры реабилитации детей с ограниченными возможностями здоровья;
- 11) дома ночного пребывания;
- 12) специализированные дома для одиноких престарелых;
- 13) геронтологические центры;
- 14) иные учреждения, предоставляющие социальные услуги.

**В зависимости от условий, в которых предоставляются социальные услуги населению, учреждения подразделяют на следующие типы:**

- стационарные;
- полустационарные;
- нестационарные;
- комплексные;
- учреждения социального обслуживания на дому;
- учреждения срочного социального обслуживания;
- учреждения срочной социально-консультационной помощи

# Основные виды социального обслуживания

- 1. Материальная помощь** в виде денежных средств, продуктов питания, лекарственных препаратов, средств санитарии и гигиены, предметов ухода за детьми, в виде одежды, обуви, предметов первой необходимости, а также выдачу специальных транспортных средств, профилактики инвалидности и технических средств реабилитации для инвалидов и лиц, нуждающихся в постороннем уходе.
- 2. Социальный патронаж** в отношении граждан и семей, нуждающихся в постоянном нестационарном обслуживании. Для одиноко проживающих граждан, частично утративших работоспособность и способность к самообслуживанию в связи с возрастом, болезнью и инвалидностью, кроме патронажа, оказывается помощь на дому в виде социально-бытовых услуг, содействия в получении медицинской и иной помощи. Семьям, находящимся в трудной жизненной ситуации, нуждающимся в социальной поддержке, предоставляются услуги по уходу за детьми.
- 3. Социальное обслуживание в стационарных условиях**, проводимое в отношении граждан, частично или полностью утративших способность к самообслуживанию и по заключению соответствующих органов или лечащего врача нуждающихся в постоянном постороннем уходе. В соответствии с их возрастом и здоровьем в учреждениях создаются необходимые условия жизнедеятельности, проводятся мероприятия медицинского, психологического, социального характера, граждане обеспечиваются питанием, уходом, для них организуются условия посильной трудовой деятельности, отдыха и досуга.
- 4. Предоставление временного приюта**, осуществляемое для граждан, не имеющих постоянного места жительства и занятий, для безнадзорных детей и подростков, для других категорий граждан, нуждающихся в этой помощи.
- 5. Организация дневного пребывания** в учреждениях социального обслуживания, необходимую тем гражданам пожилого возраста и инвалидам, которые сохранили способность к самообслуживанию и активному передвижению, а также другим гражданам, в том числе детям, попавшим в трудную жизненную ситуацию. Для клиентов учреждений в дневное время предоставляются социально-бытовые, медицинские и иные услуги.
- 6. Консультативная помощь**, предоставляемую гражданам и семьям в области социально-экономического и медико-социального обеспечения жизнедеятельности, психолого-педагогической помощи, правовой защиты.
- 7. Реабилитационные услуги** в виде профессиональной, социальной, психологической реабилитации граждан, являющихся инвалидами, в том числе осуществление реабилитационной работы с несовершеннолетними и другими гражданами с общественно-опасным поведением.

# Основные функции учреждений социального обслуживания

## 1) функция социальной помощи, которая включает:

- выявление, учет семей и отдельных лиц, наиболее нуждающихся в социальной поддержке (малообеспеченных граждан, семей с детьми и другими нетрудоспособными членами), оказание им ее и предоставление нуждающимся временного жилья и т. п.;
- профилактику бедности: создание семьям условий для самостоятельного обеспечения своего благополучия, семейного предпринимательства;
- надомные услуги семьям и одиночкам, нуждающимся в постороннем уходе: доставка продуктов, лекарств, транспортировка на лечение, наблюдение на дому за состоянием здоровья, приспособление и оборудование квартир клиентов с ограничениями в здоровье и т. п.;
- содействие развитию нетрадиционных форм дошкольного образования вследствие временного вынужденного пребывания ребенка вне родительской семьи, его дальнейшее устройство в детское учреждение, под опеку (попечительство), усыновление;

## 2) функция консультирования, в которую входит:

- консультирование граждан по правовым, социальным, педагогическим, медицинским, психологическим и иным вопросам;
- участие в профориентации молодежи и подготовке молодых людей к выбору профессии;
- подготовка юношей и девушек к браку, осознанному водительству, выработка навыков родительского поведения с учетом этнокультурных традиций;

## 3) функция социального проектирования и реабилитации, целью которой является:

- проведение социальной, медико-психологической реабилитации несовершеннолетних с отклоняющимся поведением, безнадзорных детей и подростков, детей, оставшихся без попечения родителей или лиц, их заменяющих;
- проведение медико-социальной реабилитации инвалидов и детей с инвалидностью, помощь семьям, воспитывающим детей-инвалидов

# ***Основные функции учреждений социального обслуживания***

- **4) функция информирования населения, изучения и прогнозирования социальных потребностей:**
  - предоставление клиенту информации, требующейся для разрешения его сложной жизненной ситуации;
  - распространение среди населения социальных, правовых, медико-психологических, педагогических и иных знаний;
  - изучение потребностей граждан и социальных проблем, порождающих кризисные ситуации в регионе, разработка и реализация конкретных мероприятий, направленных на их устранение;
- **5) функция участия в реализации мер по преодолению последствий стихийных бедствий и социальных конфликтов:**
  - деятельность специалистов социальных служб в разработке чрезвычайных программ;
  - формирование в составе спасательных служб (бригад социальных работников, готовых проводить в районе стихийного бедствия или на территории, где население оказалось втянутым в социальный конфликт, профессиональную реабилитационную, психологическую и иную помощь населению в стрессовой ситуации.

## **При получении социальных услуг граждане должны иметь право на:**

- выбор учреждения и формы обслуживания в порядке;
- информацию о своих правах, обязанностях и условиях оказания социальных услуг;
- уважительное и гуманное отношение со стороны работников учреждений социального обслуживания;
- конфиденциальность информации личного характера, ставшей известной работнику учреждения социального обслуживания при оказании социальных услуг;
- защиту своих прав и законных интересов, в том числе в судебном порядке;
- отказ от социальных услуг.



# СОЦИАЛЬНАЯ ПОМОЩЬ В Алматы

Центр психического здоровья: <https://cpzalmaty.kz/ru/>

- Управление общественного здоровья г. Алматы: <https://www.gov.kz/memleket/entities/almaty-densaulyk...> Городской — Центр по профилактике и борьбе со СПИД: <https://gcaids.kz/ru/>

- Управление социального благосостояния г. Алматы: <https://www.gov.kz/memleket/entities/almaty-uzsp?lang=ru>

- Центр фтизиопульмонологии УЗ г. Алматы: <https://cf-almaty.kz/ru/>

- Кризисный центр «АСАР» для женщин с детьми в трудной жизненной ситуации: <https://bit.ly/3e7rOjw>

- Союз кризисных центров Казахстана:

<https://www.facebook.com/SouzKrizisnyhCentrovKZ/>

- Кризисный центр для жертв бытового насилия: <https://qazvolunteer.kz/ru/organizations/3385>

- Центр занятости населения акимата г. Алматы:

<https://www.facebook.com/cznalmaty/>

- Молодежные центры здоровья: <https://bit.ly/3rrZgEu>

- Центр поддержки детей и семьи: <http://www.sos-kazakhstan.kz/.../centr-podderzhki-semi-i...>

- Департамент полиции г. Алматы: <https://www.gov.kz/memleket/entities/mvd-almaty?>

# Центры психолого-педагогической помощи.

## Структура и деятельность

- оказание квалифицированной социально-психологической и психотерапевтической помощи гражданам, находящимся в трудной жизненной ситуации;
- профилактика девиантных форм поведения, суцидов, проведение мероприятий для семей, имеющих детей с ограниченными возможностями;
- проведение мероприятий по повышению стрессоустойчивости и психологической культуры населения, особенно в сфере межличностного, семейного, родительского общения;
- консультирование по вопросам развития и возрастных особенностей детей и подростков, родительско-детских отношений, формирования супружеских и семейных отношений;
- психологическая коррекция нарушений общения у детей, искажений в психологическом развитии ребенка, неблагоприятных форм эмоционального реагирования и стереотипов поведения, конфликтных взаимоотношений родителей с детьми, неадекватных родительских установок и стереотипов воспитания ребенка, нарушений супружеских отношений;
- оказание помощи семье в воспитании детей, обучении детей и родителей здоровому образу жизни, поддержании психологического и физического здоровья, успешном разрешении семейных конфликтов и в других вопросах;
- организация работы телефона экстренной психологической помощи;
- организация деятельности групп взаимоподдержки, создание клубов общения, проведение мероприятий по проблемам, входящим в компетенцию центра;
- пропагандистская, организационная, издательская, просветительская деятельность;
- разработка целевых программ социальной защиты населения;
- разработка предложений по совершенствованию законодательства об охране прав семьи, обеспечению социально-правовой защищённости женщин и детей, работе психологических служб;
- регулярный анализ обращений в центр, разработка рекомендаций для местных органов государственной власти по профилактике кризисных явлений, а также рекомендаций по совершенствованию психолого-педагогической поддержки населения;
- организация выступлений в средствах массовой информации по актуальным психолого-социальным, социально-педагогическим проблемам

**В центре должны быть выделены помещения для**

- администрации,
- медицинского кабинета,
- кухни и столовой,
- игровой, клубной и физкультурной работы,
- проживания (при наличии стационарного отделения),
- библиотеки
- другие, необходимые для осуществления его цели и задач

# Социальное обслуживание граждан центром осуществляется в соответствии с этапами:

- выявление существа и причин имеющейся или реально возможной трудной жизненной ситуации, личностных особенностей гражданина, специфики его окружения и других характеристик жизнедеятельности;
- разработка при наличии у граждан трудной жизненной ситуации индивидуальных программ комплексной или социальной реабилитации или адаптации;
- разработка в случае реально возможной у граждан трудной жизненной ситуации программ комплексной или социальной профилактики;
- координация выполнения индивидуальных комплексных программ реабилитации, адаптации и профилактики, в реализации которых участвуют иные социальные службы, а также государственные организации и учреждения (здравоохранения, образования, миграционной службы и т. п.);
- реализация разработанных программ профилактики и реабилитации.

# В состав центра рекомендуется включать

- 1. Организационно-методическое отделение.
- 2. Отделение приема граждан.
- 3. Консультативное отделение.
- 4. Отделение психолого-педагогической помощи.

# Кризисные центры для детей и подростков. Принципы

- Доступность помощи
- Разные формы оказания помощи («телефон доверия», очные индивидуальные консультации, семейное консультирование и групповая работа)
- Командный подход в работе специалистов
- Конфиденциальность обращений



# Структура кризисной службы включает в себя:

- кризисный телефон экстренной психологической помощи;
- подразделение консультативной медико-психологической помощи;
- подразделение психолого-педагогической помощи;
- подразделение социально-правовой помощи;
- группы самопомощи, целью которых является создание социально-терапевтической среды для подростков

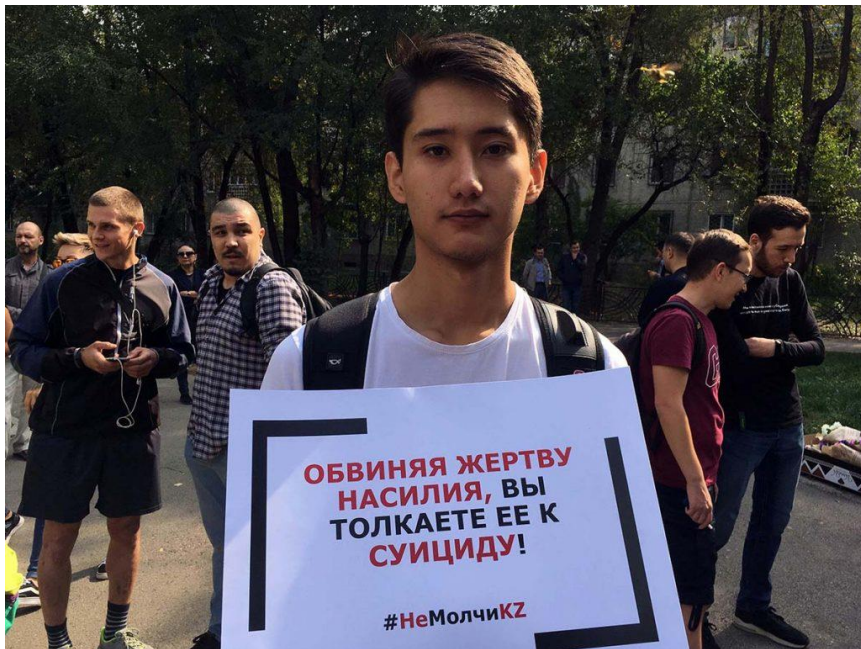
# Подготовка волонтеров для подросткового «телефона доверия»





# Кризисные центры для взрослых

- а) кризисный центр для женщин;
- б) кризисный центр для мужчин;
- в) центр экстренной психологической помощи по телефону.



# Центр экстренной психологической помощи по телефону — «телефон доверия»

- оказание экстренной психологической помощи (кризисные ситуации и ситуации, угрожающие суицидом);
- выявление социального неблагополучия, случаев психологического, физического и сексуального насилия;
- проведение психологического консультирования;
- организация для абонентов других видов социально-психологической помощи, информирование их о социальных службах и др

# Программы социального сопровождения для уязвимых групп

«client management» или «case management» -это деятельность, направленная на решение социальных проблем конкретного индивидуума, социального слоя или социальной группы.



сотрудников службы социального сопровождения можно разделить на три группы:

- социальные работники, занимающиеся преимущественно управленческим трудом (менеджеры социальных служб и органов социальной защиты);
- социальные работники, занимающиеся контактной социальной работой в рамках основных видов социального обслуживания (социально-экономические, социально-медицинские, социально-педагогические, социально-правовые и социально-бытовые услуги);
- социальные работники, занимающиеся профилактической работой (профилактика заболеваний, правонарушений, социальной дезадаптации и др.).

## Деятельность социальных работников направлена на решение следующего комплекса задач:

- адаптацию клиентов к существующим общественным условиям, формирование у них активной позиции в решении собственных проблем;
- социальную помощь и социальное обеспечение нуждающихся;
- консультирование;
- социальную реабилитацию;
- социальный надзор и попечительство;
- содействие в получении медицинских и социальных услуг;
- заботу о создании условий для проявления способностей клиентов самостоятельно устроить собственную жизнь

## 4 универсальные функции СР

1. Коммуникативная функция
2. Педагогическая функция (функция наставника)
3. Организационная функция
4. Психологическая функция



Социальная работа направлена на следующую аудиторию:

- уязвимые и социально незащищенные группы населения: потребители наркотиков, секс-работники, бывшие осужденные, трудовые мигранты, беженцы, лица с ограниченными возможностями, безработные, лица, находящиеся в местах лишения свободы, люди, живущие с ВИЧ;
- сотрудники управленческих структур и неправительственных организаций



# профилактическое социальное сопровождение (ПСС)

— это «клиентцентрированная деятельность по профилактике ВИЧинфекции, имеющая основной целью контроль и снижение степени поведенческих рисков в отношении ВИЧинфекции у клиентов, испытывающих множественные проблемы и нуждающихся в комплексном подходе к их решению.

ПСС проводится в отношении людей, испытывающих трудности с тем, чтобы самостоятельно начать и придерживаться поведения, снижающего или предотвращающего риск заражения или передачи ВИЧинфекции.



## Основные задачи социального сопровождения в контексте ВИЧ/СПИДа:

- Провести необходимую оценку и составить план оказания всесторонней помощи, касающейся основных сфер жизни клиента: психосоциальной, медицинской, финансовой и т.д.
- 2. Убедиться, что клиенту доступны все виды услуг и что они соответствуют его потребностям.
- 3. Облегчить доступ и расширить спектр необходимых услуг.
- 4. Обеспечить непрерывность ухода на всех этапах с привлечением различных организаций.
- 5. Уменьшить вероятность дублирования услуг и следить за качеством их предоставления.
- 6. Оказывать поддержку самостоятельной деятельности клиента и членов его семьи.
- 7. Увеличить осведомленность клиента о воздействии ВИЧинфекции на его здоровье и о необходимости здорового образа жизни.
- 8. Обеспечить социальное сопровождение ребенка (для несовершеннолетних детей, у которых родитель или опекун является ВИЧположительным).

## право клиента:

- на частную жизнь и конфиденциальность;
- на внимательное, непредвзятое отношение и уважение;
- на самоопределение и самостоятельность в выборе;
- на получение медикосоциальных услуг высокого качества



социальное сопровождение позволяет решить следующие задачи:

- установить контакт с человеком, часто не расположенным к общению со специалистами;
- создать условия для изменения его поведения и снижения риска передачи ВИЧ-инфекции;
- снизить уровень рискованного поведения у людей, живущих с ВИЧ;
- способствовать решению вопросов и проблем, возникающих у людей, живущих с ВИЧ, в связи со стигмой и дискриминацией.

В программах сопровождения эти задачи решаются посредством:

- предоставления специализированной помощи людям с повышенным риском заражения ВИЧинфекцией, с целью снижения риска передачи ВИЧинфекции;
- оценки риска заражения другими инфекциями, передающимися половым путем (ИППП), и гарантии предоставления адекватной диагностики и лечения;
- направления клиентов с различными медицинскими и психосоциальными потребностями в службы, которые оказывают положительное влияние на состояние здоровья клиента и его возможности изменения поведения, связанного с риском заражения ВИЧинфекцией;
- предоставления информации и направлений в другие службы для удовлетворения потребностей в так называемой позитивной профилактике или профилактике реинфицирования среди людей, живущих с ВИЧ.

## особенности ситуации

- дефицит качественных медикосоциальных услуг;
- вертикально построенная система ведомственного подчинения, затрудняющая оперативное реагирование на проблемы;
- стигма и дискриминация в отношении представителей уязвимых групп;
- профилактические программы ограничены исключительно информационным воздействием или предоставляют ресурсы и инструменты, но при этом не оказывают помощи в изменении жизненных ситуаций, порождающих рискованное поведение.

## 4 модели социального сопровождения

- Модель брокера — сфокусирована на том, чтобы «связать» клиента с необходимыми ему ресурсными центрами, которые обычно находятся за пределами агентства, предоставляющего услуги социального сопровождения. В данной модели взаимоотношения между специалистом по социальному сопровождению и клиентом ограничены, поскольку задача специалиста состоит лишь **в определении потребностей клиента и направлении его к поставщикам услуг**. Охват клиентов при использовании данной модели, как правило, является высоким. Специалист по социальному сопровождению несет ответственность за оценку потребностей клиента и за выполнение лечебного плана.

## 4 модели социального сопровождения

- Реабилитационная модель — отношения между социальным работником и клиентом выступают в качестве механизма получения услуг. Определяя сильные и слабые стороны клиента, специалист по социальному сопровождению ***старается преодолеть барьеры, которые мешают клиенту самостоятельно функционировать в сообществе.*** Когда барьеры успешно преодолены, взаимоотношения со специалистом по социальному сопровождению или прекращаются, или становятся менее интенсивными.

## 4 модели социального сопровождения

- Модель полной поддержки — строится на принципах реабилитационной модели с использованием интегрированной мультидисциплинарной команды поставщиков услуг. Отличие данной модели состоит в отсутствии системы направлений в другие службы — все услуги предоставляются в одном месте. Роль специалиста по социальному сопровождению в этом случае заключается **не только в координировании процесса, но также в предоставлении определенного уровня поддержки и в обучении клиентов жизненным навыкам.**



## 4 модели социального сопровождения

- Модель сильных сторон — строится на выявлении сильных сторон клиента. Роль специалиста в данном случае — ***помочь клиенту сформулировать цели и точно следовать им.***

# Стадии процесса социального сопровождения (СС): 6 шагов для достижения успешного результата работы с клиентом



- Аутрич сервис – сервис по информированию целевой группы, по расширению охвата населения и проведению пропагандистских мероприятий.
- Аутрич-команда – неформальная группа заинтересованных носителей экспертизы и информаторов пропагандистов, сформированная из представителей целевой группы и специалистов, заинтересованных в распространении и популяризации информации и оказанию консультационных и иных видов услуг для целевой группы, работающая по принципу «равный - равному»

## «теории черепахи»

- специалист работает с клиентом на его уровне и «продвигается» с его скоростью;
- специалист позволяет клиенту лидировать в «медленной прогулке», чтобы тем самым помочь ему удовлетворить свои потребности.



## Факторы, влияющие на изменение рискованного поведения<sup>14</sup>

Фактор	Описание	Элементы эффективного вмешательства
<b>Знание о риске</b>	Адекватное понимание вопросов, какое поведение связано с риском, как следует изменить поведение для снижения риска, каковы обоснования изменения поведения для снижения риска.	Четкие характеристики поведения, связанного с риском; практические советы на тему, как изменить поведение для снижения риска с учетом реальных обстоятельств жизни и личных взаимоотношений клиента.
<b>Восприятие личной уязвимости</b>	Персонализация риска: признание своей потенциальной уязвимости в плане заражения ВИЧ-инфекцией.	Обсуждение, в ходе которого выясняется фактический уровень риска клиента. Клиенту предлагается самостоятельно оценить свой риск, в результате чего он осознает всю реальность угрозы.
<b>Показатель намерения изменить поведение</b>	Готовность к переменам и обязательство совершить необходимые действия для снижения риска.	Совместная с клиентом оценка его готовности к изменениям, постановка достижимых целей снижения риска путем консультирования или подписания символического «контракта».
<b>Самоеффективность</b>	Вера в свою способность успешно изменить поведение на менее рискованное, восприятие данного изменения как профилактики ВИЧ-инфекции (защиты от ВИЧ-инфекции).	Пошаговые «задания» по снижению риска, которые клиент легко может выполнить, в результате чего появляется ощущение своей компетентности и формируется история успехов.
<b>Барьеры окружения</b>	Сокращение количества внешних факторов, мешающих практиковать желаемое поведение.	Обсуждение барьеров, мешающих практике снижения риска, разработка стратегий преодоления этих барьеров и облегчения доступа к необходимым ресурсам для реализации перемен.

<p><b>Уровень умений и навыков</b></p>	<p>Поведенческие навыки, необходимые для намеченных перемен: использование презерватива, умение отстоять свои интересы в сексуальных отношениях и, несмотря на давление, отказаться от рискованной практики, умение вести переговоры о безопасном сексе, отказ от совместного использования игл и шприцев, использование стерильного или одноразового инструментария и т.д.</p>	<p>Обучение навыкам и их закрепление путем тренировки; самоконтроль или выявление поведенческих шаблонов, привычек или действий, повышающих риск; разработка альтернативного плана борьбы с этими «провоцирующими факторами».</p>
<p><b>Закрепление моделей изменения поведения</b></p>	<p>Позитивные результаты попыток изменения поведения, в том числе благоприятная реакция партнера, довольство собой, закрепление поведения, вера в то, что изменение поведения соответствует нормам референтной группы (сообщества).</p>	<p>Консультирование по результатам, символические «контракты» с целью закрепления достигнутых перемен, определение новых целей, обсуждение возникших проблем, поощрение чувства удовлетворения собой, как результат осознанной возможности изменить собственное рискованное поведение.</p>

# Психологические проблемы целевой группы и пути их решения

- Конфликтность, неумение выражать свои чувства, понимать себя и других, зависимое поведение, страх неудачи, низкая самооценка, неумение противостоять манипулятивному влиянию. Путь решения — участие в тренингах по эффективному межличностному общению, противостоянию манипулятивному влиянию, конструктивному поведению в конфликте.
- •Неумение принимать решения. Неумение планировать свои дела. Путь решения — совместное планирование, обсуждение с социальным работником. Обучение техникам принятия решений. Тренинг постановки целей.
- •Стремление получить социальные блага через болезнь и оправдать свою социальную неустроенность, навязчивые страхи, психологические травмы, противопоказания к работе в группе. Путь решения — индивидуальное консультирование.
- •Отсутствие опыта, желание справиться со стрессовой ситуацией. Путь решения — обучение техникам работы со стрессом.
- •Сильное эмоциональное напряжение, которое блокирует рациональное управление ситуацией. Это может быть связано с нахождением в местах лишения свободы, изменением самочувствия ,болезнью, смертью или болезнью близкого человека, острым конфликтом и др. Путь решения — консультация у психолога, обучение стратегиям, позволяющим анализировать ситуацию, освободиться от эмоционального давления.
- •Проблема осмыслена клиентом, но его силы исчерпаны, он эмоционально и физически истощен. Усилия приводят лишь к еще большему истощению ресурсов, провоцируют новые трудные жизненные ситуации. Путь решения — психологическая поддержка клиента, восстановление равновесия, а затем помощь в решении конкретных задач.

## Основные принципы мотивационного интервьюирования:

- •развивать противоречия,
- •избегать убеждения и аргументации,
- •уменьшать сопротивление,
- •выражать эмпатию,
- •поддерживать уверенность в собственных силах.





## Задачи социального бюро

- 1) консультирование по вопросам социального обслуживания клиентов;
- 2) организация доступа к юридической помощи и поддержке;
- 3) оказание психологической помощи в кризисных ситуациях;
- 4) содействие в получении медицинской помощи;
- 5) контроль качества предоставляемых клиенту услуг;
- 6) оказание клиенту помощи, позволяющей снизить риск распространения ВИЧинфекции

## Социальное бюро осуществляет свою деятельность по следующим ключевым направлениям:

- Информационное обеспечение.
- Мотивация
- Адаптационная работа
- Обеспечение доступности помощи
- Мониторинг качества и рынка услуг.
- Контроль



# Функции супервизии в социальной работе

- Образовательная (формирующая) функция.
- Поддерживающая функция.
- Нормативная функция

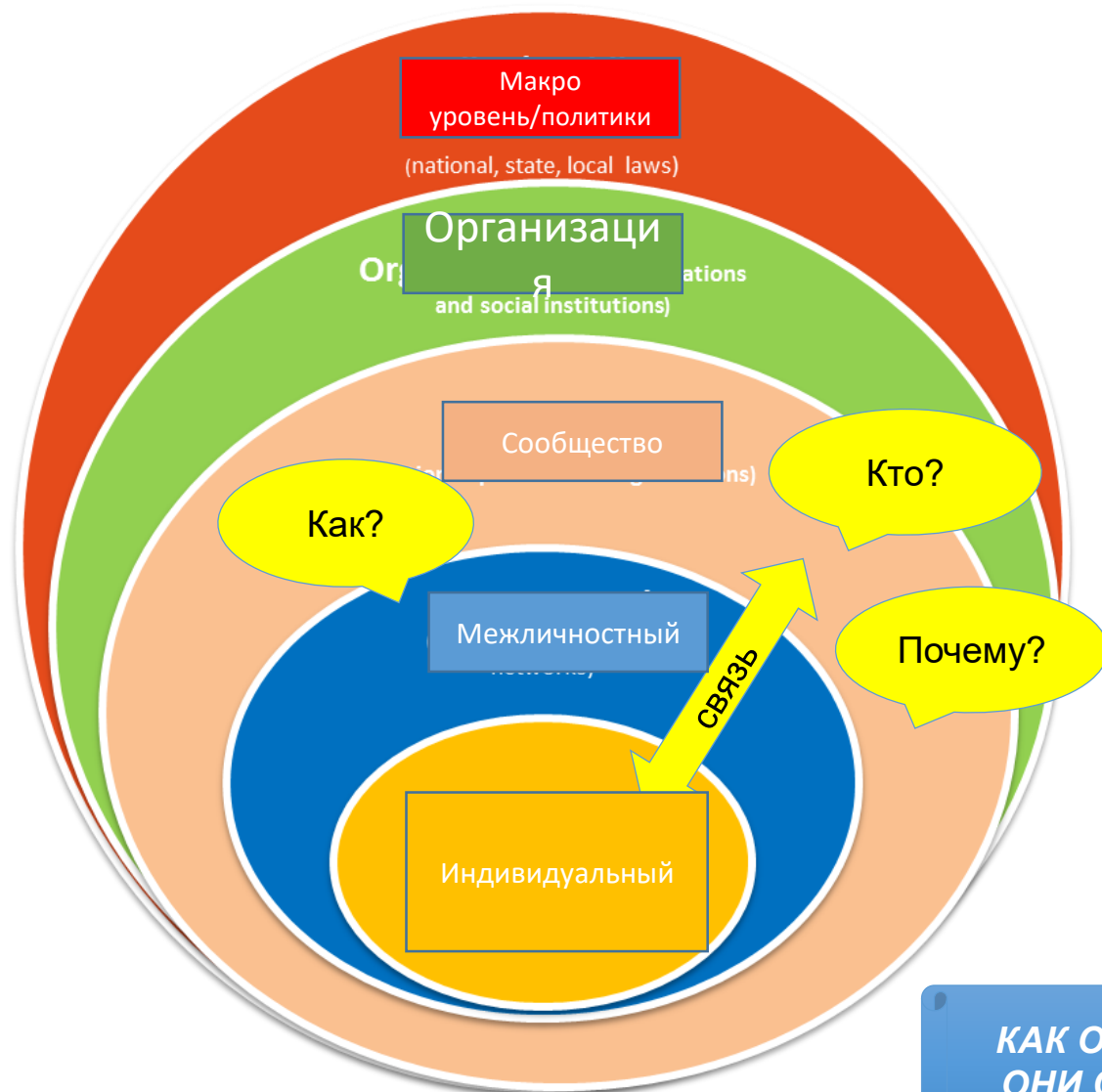


## Типы супервизии

- Наставническая супервизия.
- Обучающая супервизия.
- Направляющая супервизия.
- Консультирующая супервизия.



# Социально-экологическая модель – На практике



- Факторы на разных уровнях влияют на поведение человека
- Устранение барьеров и движущих сил с целью изменений на множественных уровнях
- Было бы нереальным рассчитывать на то, что люди изменят свое поведение, если не будут устранены барьеры на более высоких уровнях
- Общение может помочь преодолеть барьеры на каждом уровне

**КАК ОБЛЕГЧИТЬ СЕКТОРАЛЬНЫЕ МЕХАНИЗМЫ, ЧТОБЫ ОНИ СТАЛИ БОЛЕЕ ОРИЕНТИРОВАННЫМИ НА ЛЮДЕЙ ?**

# Люди в центре систем = влияют на социальные и поведенческие изменения



Все дело в личности  
и солидарной  
ответственности



Устойчивость

Устойчивый подход, использующий **институциональные механизмы** для укрепления структур управления, а также систем предоставления услуг с участием ключевых заинтересованных сторон



Устойчивые социальные системы

Социальные услуги, ориентированные на людей и реагирующие на потребности сообщества (развитие, основанное на учете рисков и способствующее созданию устойчивых систем, обеспечению готовности к чрезвычайным ситуациям, гуманитарному реагированию)



Вовлечение сообщества

Вовлечение сообщества через их наиболее надежные и влиятельные существующие платформы для обеспечения участия и представительства наиболее маргинализированных, обездоленных групп и общин - расширение прав и возможностей и достижение самоэффективности для позитивного изменения поведения и культурных практик, обратная связь по качеству услуг

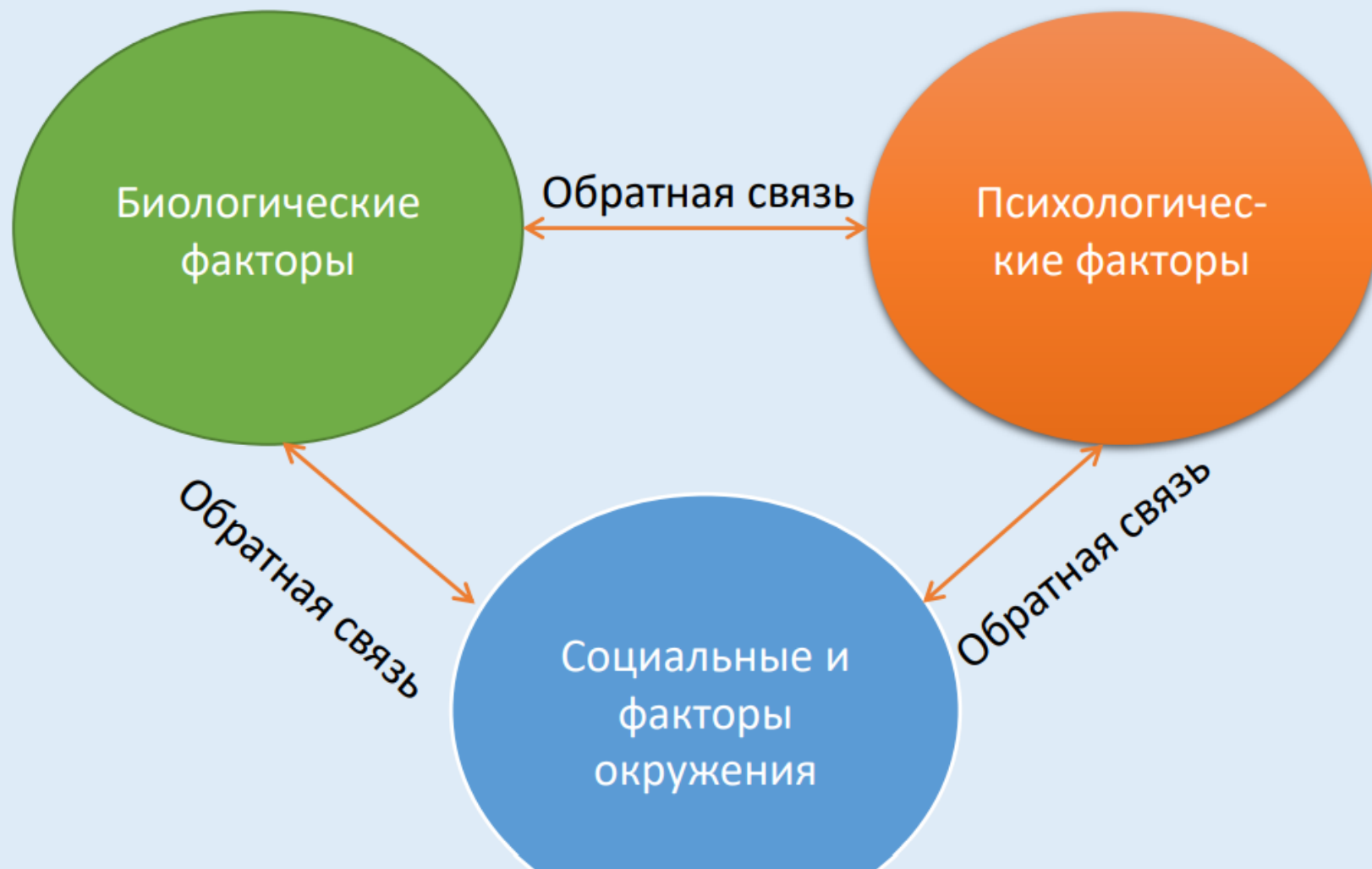
Уровни вовлеченности  
сообщества



21.11.2023



# Биопсихосоциальная модель



Физическая среда

Биологические  
факторы

Физическая среда

Социальные  
факторы и  
факторы  
окружения

Психологические  
факторы

Комбинация трех групп факторов приводит к определенным

# Карта биопсихосоциальных факторов

**Психологические факторы**

**Биологические факторы**

**Биопсихосоци-  
альные  
факторы**

**Факторы окружения  
(физическая среда)**

**Социальные факторы**

Биологические факторы	Психологические факторы	Социальные факторы (окружение)	Факторы окружения
<p>Наследственные предрасположенности Физическое Здоровье /Инвалидность Ментальное здоровье Химические вещества (употребление)</p>	<p>Индивидуальное поведение и развитие, особенности личности, привязанность. Детский опыт развития, Чувства и эмоции Ментальные проблемы, Когнитивные способности, убеждения, Навыки совладания со стрессом Социальные и жизненные навыки Самооценка</p>	<p>Межличностные и социальные отношения, Система семьи Друзья Соседи Школа Сверстники Работа Доход Культура Религия</p>	<p>Организации Услуги общины Социальные услуги Законодательство Безопасность Воздух Вода Еда Жилье Одежда Приватность Транспорт/инфраструктура</p>

# Компоненты биопсихосоциальной оценки

Индивидуальные факторы	Факторы семьи и окружения
Физическое здоровье	Отношения в семье
Психоэмоциональное здоровье	История семьи
Когнитивное развитие	Жилищные условия и инфраструктура
Поведение	Образование, занятость и доход
Жизненные и социальные навыки, навыки самообслуживания	Юридическая ситуация
Ментальный (психический) статус	Социальная поддержка
Другие параметры	Другие параметры

# Методы кризисного вмешательства: Модель L-A-P-C

- Слушать: что говорит жертва? Что он или она не говорит?
- Оценивать: что чувствует жертва? Как он или она себя ведет? О чем он или она думает?
- Планировать: Какие планы может составить жертва сейчас? Разумны ли эти планы? Можно ли их осуществить?
- Приверженность: жертва согласилась следовать плану? Какие другие ресурсы будут необходимы, чтобы увидеть план до конца?

# Шаг 1: Слушайте

- Сообщите о безопасности
- Представьтесь • Привет. Меня зовут Лина, и я из консультационного центра. Я здесь, чтобы выслушать и узнать у вас, что я могу сделать, чтобы помочь.
- Действуйте немедленно и возьмите все под свой контроль
- Держите представителей средств массовой информации подальше от жертвы.
- Переместите пострадавшего из кризисной ситуации в максимально нейтральное место
- Просто скажите: «Теперь вы в безопасности».
- Гарантируйте, что вы действительно будете там, чтобы слушать и помогать, но не обещайте того, чего вы не можете контролировать

## Шаг 1: Слушайте (продолжение.)

- Начните передавать некоторый контроль жертве
- Где бы вы хотели, чтобы я сидел/стоял?
- Как бы вы хотели, чтобы я вас называл?
- Хочешь, я принесу тебе что-нибудь, прежде чем мы начнем разговаривать?
- Вы бы предпочли, чтобы мы остались/стояли там вместо?
- Может быть, вы хотите, чтобы я кому-нибудь позвонил в это время?
  - Передайте сообщение о том, что жертва услышана
- После того, как безопасность была гарантирована в максимально возможной степени после кризиса, главная цель кризисного консультанта — слушать.



## Шаг 2: Оценка

- • Эмоции - клиент безутешен? грустный безнадежный? тревожный? сердитый?
- • Поведение—клиент возбужден? Ходит взад и вперед по комнате? Вялый или медлительный? Хочет уйти? Хочет задержаться?
- • Мысли—как клиент интерпретирует кризис? Каково его значение для клиента?
- • Является ли клиент подающим надежды или безнадежным в отношении результата? Насколько это разрушительно для клиента? Будущее клиента? Как клиент оценивает свою способность справиться с ситуацией?
- • Система поддержки—насколько велика семейные или дружеские связи клиента?
- • Является ли клиент одиноким или общается со многими друзьями? Кого можно вызвать для оказания помощи клиенту в это время?

# Шаг 3: Планирование

Консультант		Клиент
Потребность быть активным	vs	Потребность в самостоятельности
Потребность моделировать надежду	vs	Потребность сначала погоревать
Потребность помочь с проблемой	vs	Потребность сохранить собственность на проблему
Потребность в выражении универсальности	vs	Потребность передать индивидуальность кризисного опыта
Необходимость в краткосрочном лечении	vs	Возможная потребность в длительной работе

# Что такое стигма (клеймо)?

- Первоначально (в конце XVI века), это метка, нанесенная на кожу путем накалывания или клеймения, в качестве наказания для преступника или в знак подчинения, отметки подневольности, клейма; позднее, это слово приобрело значение знака позора, связанного с определенным обстоятельством, качеством или лицом. (Оксфордский словарь)

- Стигма - это знак позора, который отличает человека от других. •
- Что-то, чего люди стыдятся (например, социальная стигматизация, связанная с получением пособия, внебрачным рождением ребенка, наличием в семье члена с психическим расстройством или ограниченными возможностями и т. д.)

# Процесс стигматизации

Стигма = Навешивание ярлыков → Стереотипы → Предубеждение → Дискри



# Стигматизация



- Ярлык: Имя, слово или фраза, используемая для классификации или категоризации человека или вещи (ярлыки часто, но не всегда, неточны).
- Как правило, результатом стереотипизации является навешивание ярлыка (обычно негативного качества) на группу людей. (Глоссарий)

# Стереотип

- Часто неверное предположение, выдвинутое в отношении всех членов определенной группы;
- широко распространенный, закрепленный и чрезмерно упрощенный образ или представление о конкретном типе человека или вещи.
- Стереотипное мышление (стереотипизация) : Процесс, который приводит к обобщениям относительно характеристик определенной группы людей. Как правило, процесс устойчив к любым противоречивым доказательствам и является ключевым компонентом предубеждений и предрассудков (Глоссарий



# Стереотипное мышление и навешивание ярлыков

- Когда на человека навешивают ярлык ввиду его болезни или проблемы, **его больше не рассматривают как ЛИЧНОСТЬ**, а как часть стереотипной группы
- Негативное отношение и убеждения в отношении этой группы создают предубеждения / предрассудки, которые **ведут к негативным действиям и дискриминации.**

- **Предубеждение:** Привычное отношение к группе людей (и, следовательно, к отдельным лицам из этой группы), основанное на стереотипе и больше на эмоциях, чем на рациональности, и поэтому относительно устойчивое к изменениям. Такое отношение используется для осуждения, предвзятого отношения к людям. Строго говоря, предрассудки могут быть положительными, но чаще всего используются в негативном смысле. (Глоссарий)
- **Дискриминация:** Неравное отношение к отдельным лицам или группе лиц по таким признакам, как расовая принадлежность, возраст, сексуальная ориентация, пол, религия или наличие ограниченных физических возможностей. Дискриминация в отношении этих групп является незаконной.

# «-ИЗМЫ»

- притесняющее и дискриминационное отношение или убеждение и набор поведенческих реакций, отражающих эту систему убеждений
- предрассудки и дискриминация, основанные на идее превосходства и доминирования групп большинства (фашизм - самая деспотическая доктрина)

# Стигматизация и вспомогательная среда для нее



- Расизм
- Гетеросексизм (гомофобия)
- Ксенофобия
- Мизогиния
- Религиозная нетерпимость
- Сексизм
- Антисемитизм
- Эйблизм
- Эйджизм
- Бодизм
- Классизм

# Стигматизация и вспомогательная среда для нее

- **ДВИЖУЩИЕ СИЛЫ СТИГМАТИЗАЦИИ:** страх перед инфекционным заболеванием, страх перед социально-экономическими последствиями, авторитаризм, неосведомленность, социальное суждение, стереотипы с осуждением, предрассудки.
- **ФАКТОРЫ, СПОСОБСТВУЮЩИЕ СТИГМАТИЗАЦИИ:** культурные нормы, социальные и гендерные нормы и равенство, профессиональные стандарты, правовая среда, здравоохранение/социальная политика

# Какая группа людей стигматизируется в наибольшей степени в вашей стране и во всем мире?

- Люди с нарушениями психического здоровья
- Люди, живущие с ВИЧ
- Люди с расстройствами, вызванными употреблением психоактивных веществ
- Люди с ограниченными возможностями
- Люди другого цвета кожи (чернокожие люди, азиаты)
- Этнические меньшинства
- Люди преклонного возраста
- ЛГБТ, гендерквир
- Люди без жилья
- Заключенные или ранее заключенные в тюрьму люди
- Пережившие гендерное насилие или торговлю людьми, секс-работники
- Религиозные меньшинства
- Дети в детских учреждениях или приемных семьях
- Мигранты • Беженцы • Цыгане • Люди с COVID-19

# Последствия стигматизации

- • Стыд/вина • Безднадежность • Страдание • Скрытность • Одиночество и изоляция • Нежелание обращаться за помощью или лечиться • Семьи страдают от стигмы, что приводит к нежеланию раскрывать информацию о себе и поиску поддержки • Стереотипизация
- • Унизительные ярлыки • Искажение образа в СМИ • Общество проявляет другое отношение к субъекту • Дискриминация в сфере образования, обеспечения жильем, занятости или услуг • Социальное отчуждение • Враждебность, издевательства, насилие и домогательства • Пониженная самооценка • Само-стигма (внутренняя стигма)



Что может сделать специалист социальной службы, чтобы снизить степень стигматизации по отношению к своим клиентам?

- Признать свои собственные предубеждения.
- Помнить о своих предубеждениях при взаимодействии с клиентами.
- Использовать язык, не содержащий элементов стигматизации.
- Относиться ко всем клиентам с уважением и достоинством.
- Выражать свое мнение, когда друзья, семья, коллеги или СМИ используют формулировки и/или ложную информацию, которая лишь усиливает ложные убеждения и негативные стереотипы.

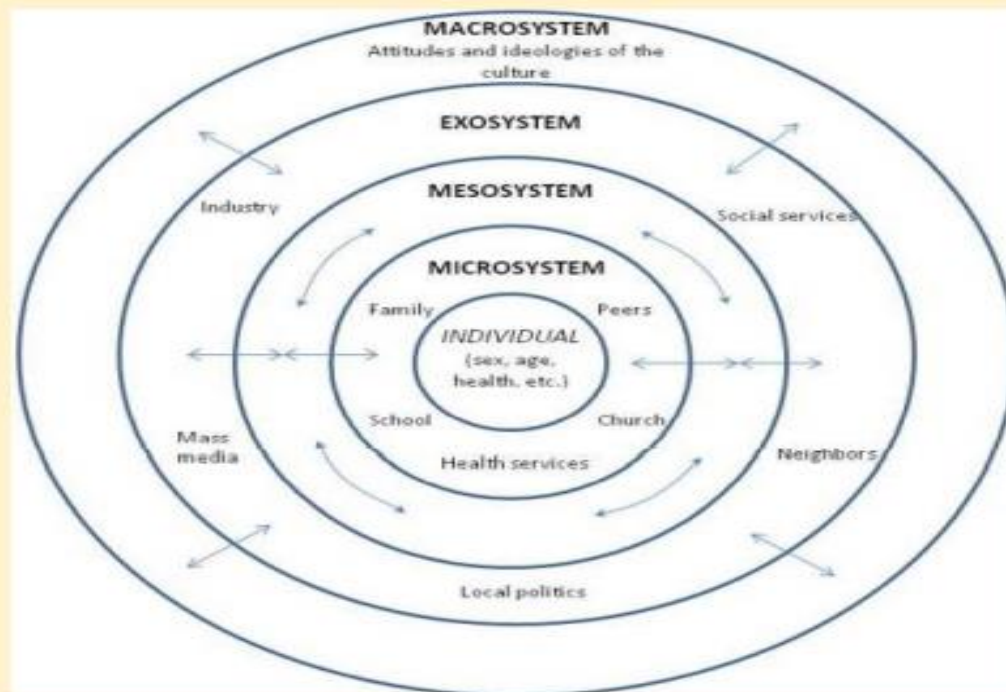
# Язык, не содержащий элементов стигматизации

Что говорят (ярлыки, уничижительные или дискриминационные выражения)	Что слышат	Язык без ярлыков (персонифицированный язык)
«Наркозависимый», «наркоман»	«Употребление наркотиков - это выбор» «Употребление наркотиков - это моя вина» «Я преступник» «Употребление наркотиков – это и есть я»	«Человек, который использует наркотики»
Бездомный	«Быть бездомным стыдно» «Бездомность затрагивает определенные типы людей».	«Человек, испытывающий проблемы с жильем»
Недееспособный	«Недееспособность - это первое, что люди видят во мне» «Я – это только моя	«Человек с ограниченными возможностями»

- демонстрировать этическое и профессиональное поведение.
- уважать этнокультурные различия и социокультурное разнообразие в ходе работы.
- способствовать продвижению прав человека и социально-экономической справедливости.

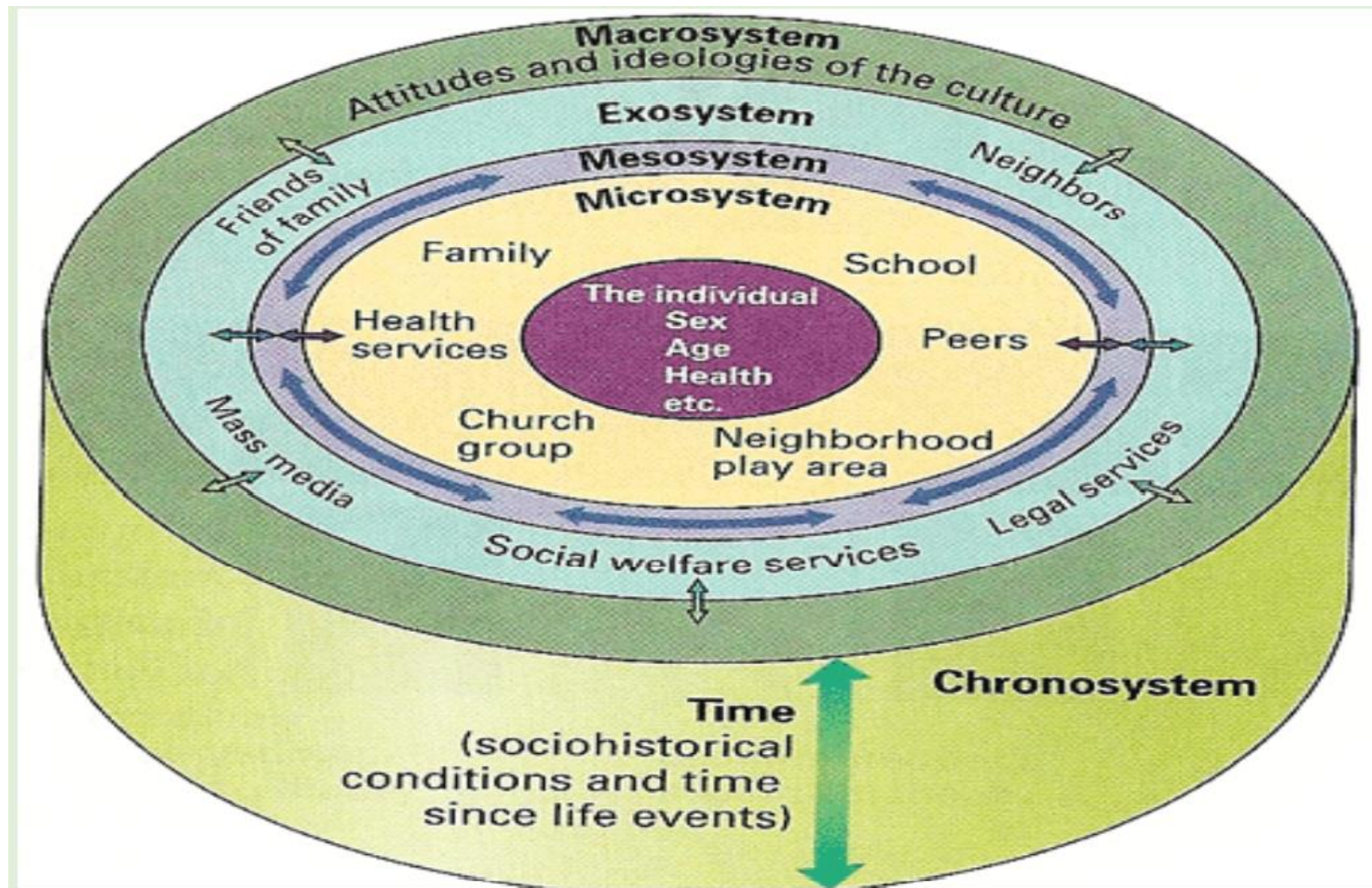
# Теория экологических систем

- Теория экологических систем Бронфенбреннера (рамка экосистем)



# Теория экологических систем (рамка экосистем)

- Рамка экосистем рассматривает человеческое поведение под призмой более широкого контекста, например, через членов семей, сообщества, а также общество в целом.
- Когда один компонент в системе меняется, это влияет на всю систему
- Системы стремятся к равновесию и могут иметь закрытые или открытые границы



- Микросистема: человек и непосредственная семья
- Мезосистема: расширенная семья, связи в сообществе, более широкий социальный круг
- Экзосистема: системы, к которым не относится семья, но которые имеют влияние на семью (городские советы, район проживания, программы)
- Макросистема: более крупные организации и органы, которые определяют социальное отношение, ценности и поведение
- Хроносистема: изменения со временем (социально-исторические и жизненный цикл)

- Социальный работник должен понимать взаимодействия между микро-, мезо- и макроуровнем.
- Проблемы в одной части системы могут проявляться в другой.
- Экокарты и генограммы могут помочь понять динамику системы (Обучение часть II)
- Понимание «личности в среде» важно для определения барьеров и возможностей изменения.
- Проблемы и изменения рассматриваются в более широком контексте





- Трехуровневая практика социальных услуг отражает экосистемный подход

# ТЕОРИИ СИЛЬНЫХ СТОРОН И УСТОЙЧИВОСТИ

- Точка зрения с учетом сильных сторон основана на следующих допущениях:
- У клиентов есть потенциал роста, изменения и адаптации (гуманистический подход).
- У клиентов есть знания, которые важны для определения и решения их проблем (клиенты или семьи являются экспертами в собственных жизнях и ситуациях);
- Клиенты являются устойчивыми и выживают и преуспевают несмотря на сложности.

# КУЛЬТУРНО-КОМПЕТЕНТНАЯ ПРАКТИКА

- Рефлексивная и знающая о культурных убеждениях, отношениях и ценностях, своих и клиента
- Привержена изучению и пониманию культурных норм и идей клиентов (но следует избегать стереотипов)
- Практика оказания эффективных услуг, которые являются приемлемыми с точки зрения культурных ожиданий клиентов
- Культурно-компетентная практика должна согласовываться со стандартами этики социального работника и правами человека

# Принципы культурно-компетентной практики социальной работы

- Культурные компетенции включают в себя работу во взаимодействии с сетями естественной, неформальной поддержки и помощи в сообществах меньшинств (районы проживания, церкви, духовные лидеры, лекари и т.п.). они расширяют концепцию самоопределения до уровня сообщества. Только если сообщество признает и осознает проблему, оно возьмет ответственность за создание решений, которые будут соответствовать контексту культуры.
- Социальным работникам следует продвигать условия, которые стимулируют уважение культурного и социального разнообразия, а также продвигают политики и практики, которые демонстрируют уважение к различиям, поддерживают расширение культурных знаний и ресурсов, продвигают программы и институты, которые демонстрируют культурные компетенции, а также продвигают политики, которые гарантируют права всех людей

- Социальным работникам следует действовать, чтобы предотвратить доминирование, эксплуатацию или дискриминацию лиц, группы или класса на основе расы, этнической принадлежности, национальности, цвета, пола, сексуальной ориентации, гендерной идентичности или самовыражения, возраста, семейного положения, политических взглядов, религии, иммиграционного статуса, а также психических нарушений или физической инвалидности. Поскольку культурный опыт каждого клиента отличается, услуги могут быть реализованы с использованием гибкого и индивидуального подхода.
- Социальные работники должны знать о стандартах культурной компетенции и социального разнообразия (Кодекс этики NASW, 2008).

# Теория экологических систем

- Сложность человеческого поведения – влияние разных факторов.  
(разные причины для разных людей)
- Теория экологических систем помогает объяснить сложность человеческого поведения с точки зрения влияния разных факторов и систем

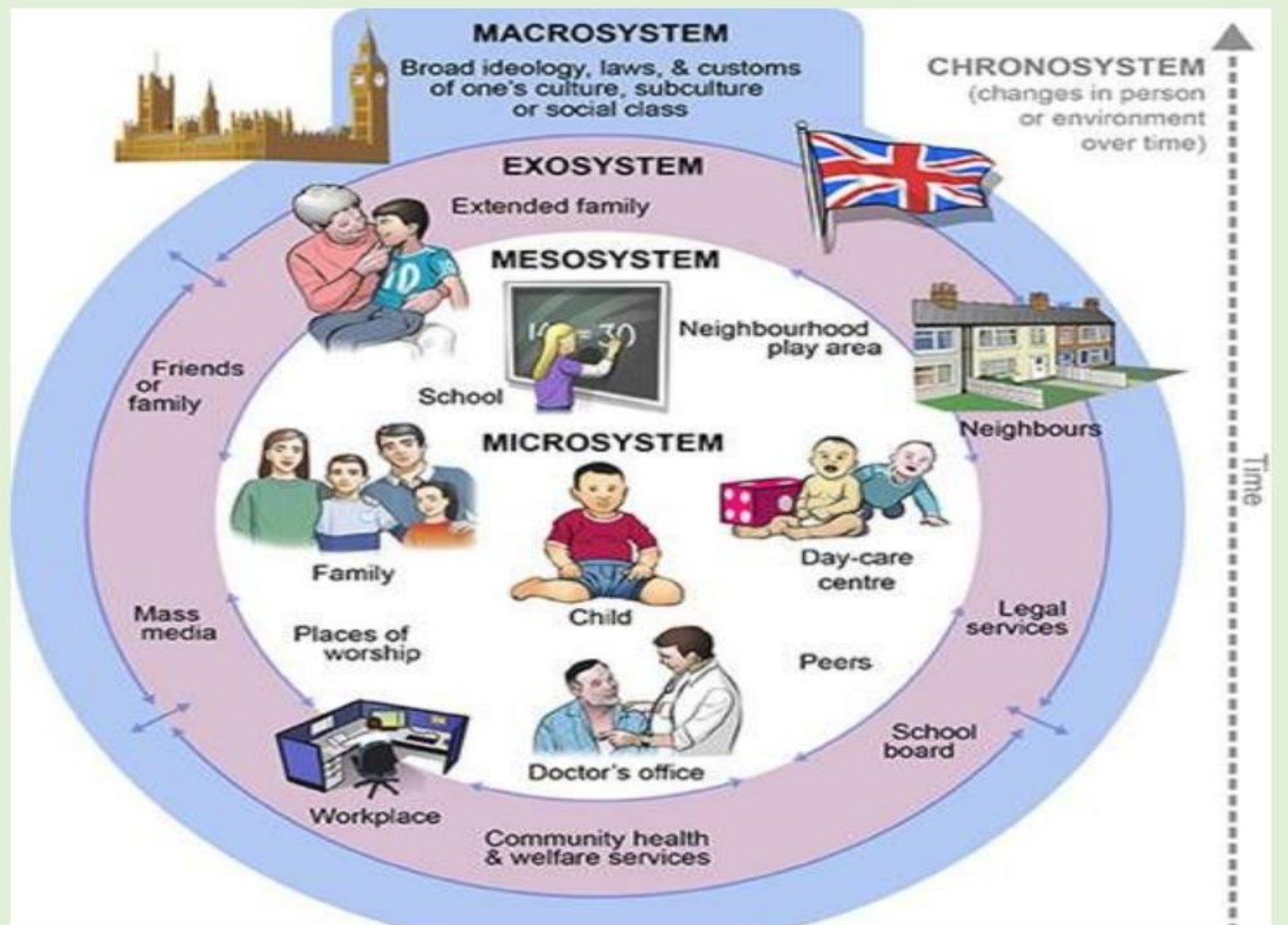
# Экосистемный подход в социальной работе

- Ситуация клиента всегда намного сложнее чем кажется, она обусловлена влиянием множества факторов на разных уровнях, которые оказывают влияние на функционирование людей.
- Экологический подход предоставляет социальным работникам интегративный подход к практике, что позволяет по-новому оценивать и решать проблемы клиентов. Этот подход включает не только индивидуальную работу с клиентом, но и вовлечение систем, которые влияют на социальное функционирование, включая семью клиента, близкое окружение, сообщество и другие социальные системы.

- Происходит из биологических теорий, объясняющих адаптацию организмов к окружающей среде.
- Теорию создал американский психолог Ури Бронфенбреннер в 1970-е г.
- По Бронфенбреннеру, экологическая среда развития человека состоит из четырех подсистем:
  - микросистема – индивидуальный уровень
  - мезосистема
  - экзосистема
  - макросистема



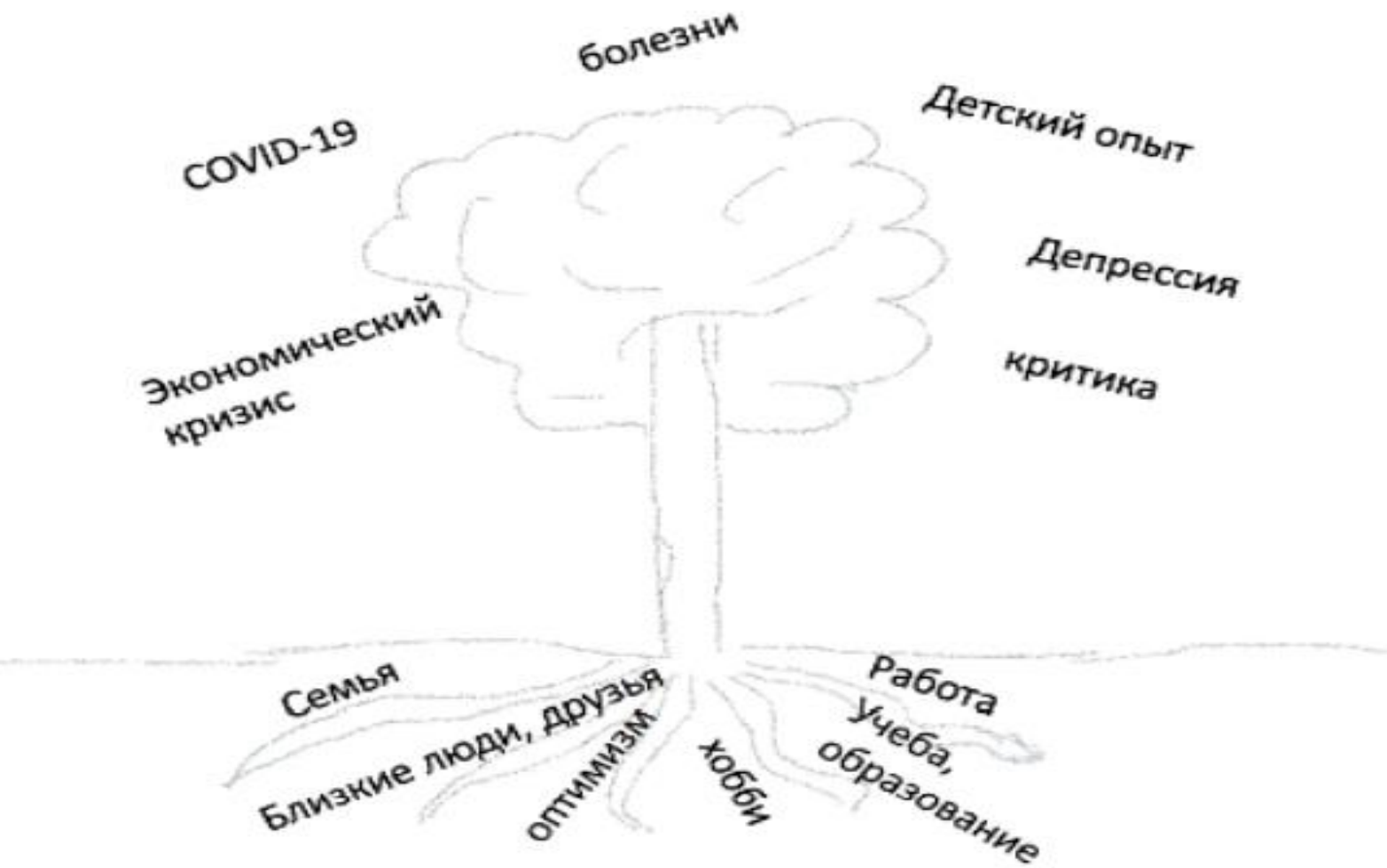
# Индивидуальная экокарта



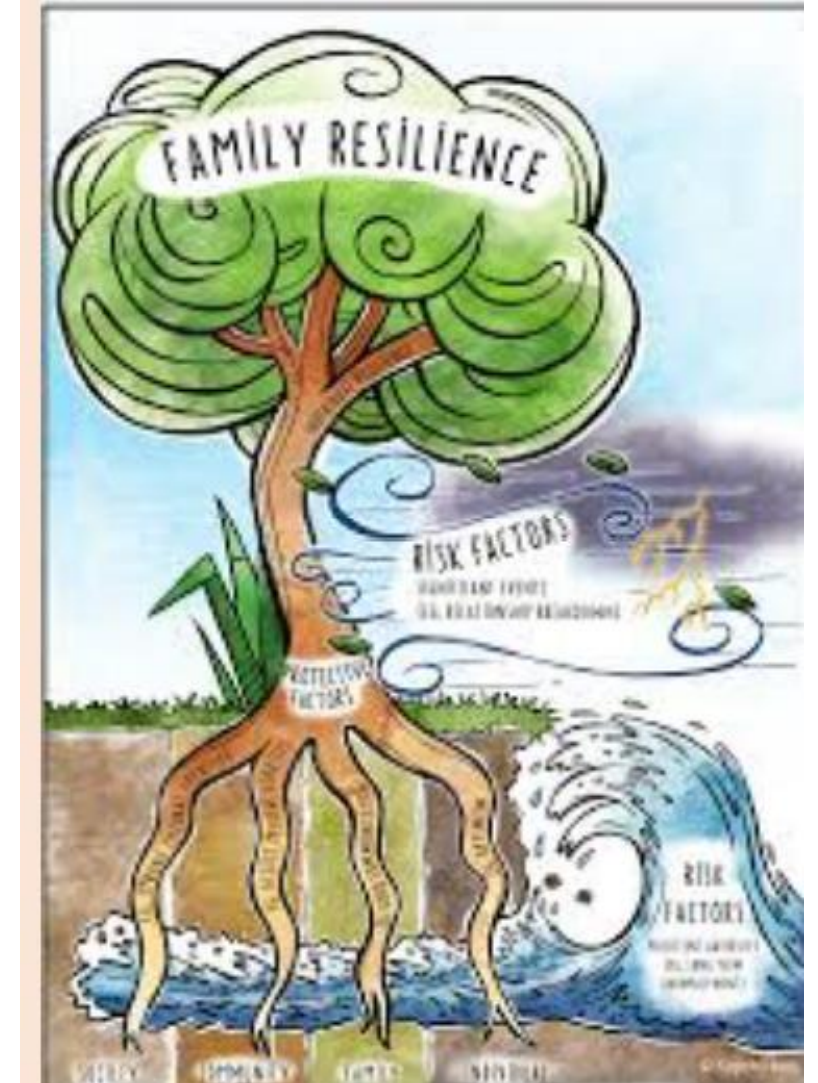


## Теория экологических систем или экосистемный подход

- Рассматривает человека во взаимодействии с системами:
- 1) индивидуальный уровень (пол, возраст, здоровье, этническая принадлежность и др. факторы),
- 2) микросистема - уровень межличностных отношений (семья, близкое окружение, соседи, местное сообщество),
- 3) мезосистема – взаимодействие между участниками микросистемы
- 4) экзосистема - уровень сообщества, социальный уровень (социальные услуги, социальные сети, расширенная семья),
- 5) макро - уровень общества – социетальный уровень (гендерные роли, культурные ценности, государственные учреждения и социальные институты, законодательство, культурные обычаи страны, ценности, обычаи и СМИ ).
- Учитывает хроносистему (изменения со временем (социально-исторические и жизненный цикл)



Резильентность (Устойчивость) Способность выдерживать и восстанавливаться после пережитых трудностей, кризиса



- когда вам присваивают позитивный ярлык, вы начинаете бояться потерять его, а когда на вас навешивают негативный ярлык, вы начинаете бояться, что заслуживаете его.

- Усиливать способность клиента/семьи справляться с невзгодами путем выстраивания возможностей семьи и общины
- 1. Способность изменяться или адаптироваться к неблагоприятным жизненным обстоятельствам
- 2. Способность восстанавливаться
- 3. Способность уверенного взаимодействия с обсуждаемыми факторами риска.

# Социально-экологическая модель факторов риска и защитных факторов

Факторы риска

Защитные факторы



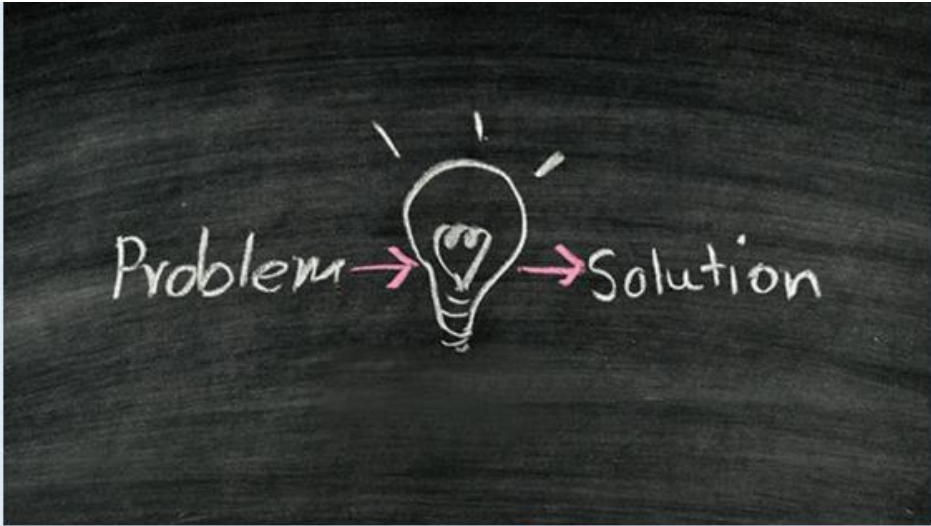




# Кризис

- предсказуемое или непредсказуемое жизненное событие, которое воспринимается индивидом как стрессовое до такой степени, что нормальные механизмы совладания оказываются недостаточными.
- кризис начинается с провоцирующего события
- кризисы создают состояние неуравновешенности и дезорганизации
- кризисные события ведут к нарушению способности человека справляться с ними.

- Кризис - это нарушение нормального или обычного режима функционирования человека или семьи. Кризис может быть вызван травмой, стихийным бедствием, психическим или физическим заболеванием, горем утраты, опытом насилия и т.д.
- Кризис не может быть разрешен с помощью обычных ресурсов / навыков человека для решения проблем.



**EMERGENCY**



**Проблема** – может быть решена без вмешательства извне.

- Хотя проблема может создать стресс и ее часто трудно решить, семья или индивид способны найти решение.

**Чрезвычайная ситуация** - это внезапная, насущная необходимость, например, когда жизнь находится в опасности из-за несчастного случая, попытки самоубийства или насилия в семье.

- Требуется **немедленного внимания** со стороны правоохранительных органов, органов защиты ребенка или других специалистов, обученных реагировать на опасные для жизни события.
- Если ситуация может ждать ответа от 24 до 72 часов, не подвергая опасности отдельного человека или семью, это кризис, а не чрезвычайная ситуация.

Три основных элемента **кризиса**:

- стрессовая ситуация,
- трудности в самостоятельном преодолении
- сроки вмешательства.

Каждая кризисная ситуация уникальна и потребует гибкого подхода к клиенту и ситуации.



**Ковид-19?**

## Какими факторами может быть вызван кризис

- Факторы, связанные с семьей (напр., жестокое обращение с детьми, домашнее насилие, незапланированная беременность, хроническое заболевание члена семьи, отсутствие социальной поддержки)
- Экономические факторы: внезапные или хронические финансовые проблемы, потеря работы, выселение, отсутствие пищи, кража денег или имущества, медицинские расходы, потеря денег из-за азартных игр, бедность и др.
- Факторы, связанные с местным сообществом: криминальная обстановка в районе, недостаток образовательных и других услуг, инфраструктура.
- Значимые события жизни, брак, рождение детей, смерть.
- Природные катаклизмы: стихийные бедствия (наводнения, ураганы, пожары и землетрясения), COVID-19

# Типы кризисов

- кризисы развития
- кризисы травматических событий
- экзистенциальные кризисы
- психиатрические кризисы

# Переживания кризиса

- воспринимает событие как значимое и угрожающее;
- по-видимому, невозможно изменить или уменьшить воздействие стрессового события с помощью традиционных методов совладания;
- переживания повышенного страха, напряженности и/или замешательства;
- проявляет высокий уровень субъективного дискомфорта;
- быстро переходит в активное состояние кризиса — состояние дисбаланса



# Последствия стресса



Сильный и продолжительный стресс имеет долгосрочные негативные последствия и приводит к ухудшению иммунитета, физического и психического здоровья.

# Что такое кризис и кризисные услуги/интервенции?

- Кризисное вмешательство - это немедленное и краткосрочное экстренное реагирование на психическое, эмоциональное, физическое и поведенческое расстройство
- Кризисные вмешательства помогают восстановить индивидуальное равновесие в их биопсихосоциальном функционировании и минимизировать вероятность долгосрочной травмы или стресса.

# Кризисные реакции: континуум реагирования

- физическая реакция
- эмоциональная реакция
- Когнитивная Реакция
- Поведенческая Реакция



