

## Теоретические подходы к разработке психологического обеспечения профессиональной деятельности специалистов по социальной работе в экстремальной ситуации

Станкевич К.О.

Учреждение образования «Белорусский государственный университет  
информатики и радиоэлектроники»

*В статье рассматриваются теоретические подходы к разработке психологического обеспечения профессиональной деятельности специалистов по социальной работе в экстремальных ситуациях.*

*Цель работы – выявить и обосновать теоретические подходы, применимые для разработки системы психологического обеспечения профессиональной деятельности специалистов по социальной работе в экстремальной ситуации.*

**Материал и методы.** Основой изучения явились теоретические и практические материалы научных трудов отечественных и зарубежных ученых. Для проведения исследования были использованы следующие методы: контент-анализ, сравнение, абстракция, обобщение, индукция, дедукция, моделирование, синтез.

**Результаты и их обсуждение.** Проблема, рассматриваемая в статье, заключается в отсутствии комплексной методологии психологического обеспечения профессиональной деятельности специалистов по социальной работе в экстремальных ситуациях. С целью решения данной проблемы изучаются травматологический, системный и когнитивно-поведенческий подходы, анализируются методы кризисного управления и формирования профессиональной жизнеспособности, что обусловлено их высокой практической значимостью в условиях экстремальных ситуаций и подтверждается рядом научных исследований. Анализируются психологические реакции на травматические события и методы их преодоления, подчеркивается значение профессиональных особенностей, навыков, личностных ресурсов и свойств личности. Статья опирается на работы отечественных и зарубежных ученых и демонстрирует важность комплексного подхода в психологическом обеспечении социальной работы в экстремальных условиях.

**Заключение.** В публикации выявлены и обоснованы теоретические подходы, применимые для разработки системы психологического обеспечения профессиональной деятельности специалистов по социальной работе в экстремальной ситуации. Результаты проведенного теоретического исследования могут использоваться для разработки систем психологического обеспечения специалистов по социальной работе и иных профессий помогающего профиля.

**Ключевые слова:** психологическое обеспечение, профессиональная деятельность, социальная работа, экстремальные ситуации, травматологический подход, системный подход, когнитивно-поведенческая терапия, кризисное управление, профессиональная жизнеспособность.

## Theoretical Approaches to the Development of Psychological Support for the Professional Activities of Social Workers in Extreme Situations

Stankevich K.O.

Education Establishment "Belarusian State University of Information Science and Radioelectronics"

*The article discusses theoretical approaches to the development of psychological support for the professional activities of social work specialists in extreme situations.*

*The purpose of the work is to identify and substantiate theoretical approaches applicable to the development of a system of psychological support for the professional activities of social work specialists in an extreme situation.*

**Materials and methods.** The research is based on theoretical and practical materials of scientific works of domestic and foreign scientists. The following methods were used to conduct the research: content analysis, comparison, abstraction, generalization, induction, deduction, modeling, synthesis.

**Findings and their discussion.** The problem considered in the article is the lack of a comprehensive methodology for psychological support of the professional activities of social work specialists in extreme situations. In order to solve this problem, traumatological, systemic and cognitive-behavioral approaches are studied, methods of crisis management and formation of professional viability are analyzed, which is due to their high practical significance in extreme situations and is confirmed by a number of scientific studies. Psychological reactions to traumatic events and methods of overcoming them are analyzed, the importance of professional characteristics, skills, personal resources and personality traits is emphasized. The article is based on the work of domestic and foreign scientists and demonstrates the importance of an integrated approach in the psychological support of social work in extreme conditions.

**Conclusion.** *The article identifies and substantiates theoretical approaches applicable to the development of a system of psychological support for the professional activities of social work specialists in an extreme situation. The results of the conducted theoretical research can be used to develop psychological support systems for social work specialists and other professions of a helping profile.*

**Key words:** *psychological support, professional activity, social work, extreme situations, trauma approach, systemic approach, cognitive behavioral therapy, crisis management, professional viability.*

Проблема психологического обеспечения деятельности специалистов в экстремальных условиях в настоящее время и с каждым годом становится все более актуальной. Эта тенденция обусловлена ростом числа природных катастроф, техногенных аварий, пандемий, терактов и других чрезвычайных ситуаций, которые требуют быстрой и эффективной реакции специалистов различных служб.

Как показывают многочисленные исследования, специалисты, работающие в экстремальных условиях, сталкиваются с ситуациями, вызывающими острый и хронический стресс, что приводит к профессиональному выгоранию, посттравматическому стрессовому расстройству (ПТСР) и другим психологическим проблемам [1; 2]. Вопросам разработки психологического обеспечения профессиональной деятельности специалистов в экстремальных ситуациях посвящены труды ряда зарубежных и отечественных ученых, среди которых К. Рейчел, Дж.Т. Митчелл, К. Альбрехт, Б. Блюменталь, М.А. Рубинштейн, Ю.П. Поваренков, К.А. Абульханова-Славская, Ю.С. Шойгу, Т.В. Казак и другие. Эти исследователи внесли значительный вклад в научное обоснование теоретических подходов к разработке психологического обеспечения работы специалистов в экстремальных условиях [1]. Исследование О.В. Мансури, в котором проводился сравнительный анализ психологических особенностей специалистов профессий экстремального и неэкстремального профиля, позволило выявить, что психические реакции в моменте реагирования на нахождение в экстремальной ситуации в данных группах профессий имеют структурную близость. Другими словами, схожие психологические особенности реагирования на экстремальную ситуацию проявляются как у специалистов категории риска, так и у специалистов социально-экономических профессий (медработников, социальных работников, педагогов и др.) [2]. Практическая значимость использования теоретических подходов в нашем исследовании рассматривается в контексте выявления научно обоснованных методов и техник, подтвердивших свою эффективность в различных испытаниях, что делает их

применимыми для разработки психологического обеспечения профессиональной деятельности специалистов по социальной работе в целях повышения эффективности их труда в экстремальных ситуациях.

**Материал и методы.** Основой изучения явились теоретические материалы научных трудов отечественных и зарубежных ученых. Для проведения теоретического исследования использовались следующие методы: контент-анализ, сравнение, абстракция, обобщение, индукция, дедукция, моделирование, синтез.

**Результаты и их обсуждение.** Теоретические подходы к пониманию и разработке психологического обеспечения профессиональной деятельности специалистов по социальной работе в экстремальных ситуациях охватывают различные концепции и методы, направленные на обеспечение психологической поддержки и помощи в кризисных и экстремальных условиях [3].

Одним из основных теоретических подходов является *травматологический подход*, основанный на изучении психологических реакций на травматические события и методах их преодоления. Этот подход подразумевает исследование психологических механизмов реагирования на стрессовые ситуации, а также разработку эффективных стратегий по управлению стрессом и травматическими последствиями. Среди ученых, занимавшихся изучением и разработкой травматологического подхода, следует отметить Б. Перри, Б. Вандерколка, Ю. Брауна и Э. Тиктина [3; 4].

Одним из важных аспектов травматологического подхода является понимание психологических механизмов реакции на стрессовые ситуации. Это включает в себя изучение таких явлений, как травматический стресс, посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР), дезадаптация и другие психологические реакции на травму. Исследования Б. Перри, а также Б. Вандерколка демонстрируют, что реакции на травматические события у различных индивидов могут значительно варьироваться в зависимости от их индивидуальных характеристик, таких как особенности личности, уровень социальной поддержки и опыт предыдущих травм [4].

Существенным аспектом травматологического подхода является разработка эффективных стратегий по управлению стрессом и травматическими последствиями. Это включает в себя методы психологической поддержки, когнитивно-поведенческую терапию, травматическую десенсибилизацию и переработку (ТДПП), а также другие методы. Примером такой работы служит исследование Блэр Э. Виско, проведенное в 2017 году с целью изучения эффективности использования ТДПП для лечения ПТСР у участников или ветеранов войн, а также выживших после естественных катастроф, экстремальных и чрезвычайных ситуаций [2].

Исследования в области травматологического подхода дают возможность развивать профилактические методы для предотвращения травматических последствий и повышения резистентности специалистов перед стрессом. Так, изучение механизмов психологической резистентности и эффективности программ по ее развитию могут помочь сформировать рекомендации для организации социальной поддержки и обучения управлению стрессом в экстремальных ситуациях.

Другим важным теоретическим подходом является *системный подход*, который рассматривает профессиональную деятельность специалистов по социальной работе в экстремальных условиях как часть обширной системы взаимодействия между различными элементами и уровнями. Среди ученых, внесших значительный вклад в развитие и обоснование системного подхода в психологической науке, стоит отметить труды И.В. Блауберга, Ф. Ханта, П. Сенге, Э.Г. Юдина, В.Н. Садовского, А.Н. Леонтьева. Этот подход предполагает комплексный анализ и учет всех факторов, влияющих на психологическое состояние работников и клиентов в экстремальных ситуациях, а также разработку целенаправленных мер по обеспечению психологической поддержки [3].

Системный подход в психологическом обеспечении трудовой деятельности представляет собой методологический подход, основанный на представлении о трудовой деятельности как сложной системы, включающей взаимосвязанные элементы и подсистемы. Он предполагает анализ и воздействие на все аспекты трудовой деятельности, учитывая их взаимодействие и влияние на результаты работы.

Основные принципы системного подхода в психологическом обеспечении трудовой деятельности:

1. *Целостность*. Рассмотрение трудовой деятельности как единой системы, включающей

физиологические, психологические, социальные и организационные аспекты.

2. *Взаимосвязь*. Понимание того, что изменение одного элемента трудовой деятельности может повлиять на другие элементы и подсистемы, что требует комплексного подхода к решению проблем.

3. *Иерархичность*. Рассмотрение трудовой деятельности на нескольких уровнях организации, начиная от индивидуального уровня работника и заканчивая уровнем организации в целом.

4. *Целеполагание*. Ориентация на достижение определенных целей и результатов в трудовой деятельности, что позволяет оптимизировать процессы и повысить эффективность работы.

5. *Обратная связь*. Использование обратной связи для оценки результатов и коррекции процессов трудовой деятельности с целью улучшения работы системы в целом.

Современная концепция системного подхода в психологическом обеспечении трудовой деятельности предполагает создание более эффективных методов управления и поддержки работников, улучшения рабочей атмосферы и повышение производительности труда.

Также стоит упомянуть теоретический подход, основанный на принципах *когнитивно-поведенческой терапии*, который предполагает активное воздействие на мыслительные процессы и поведенческие реакции в целях преодоления психологических проблем и адаптации к экстремальным условиям.

Среди выдающихся отечественных и зарубежных ученых, психологов и психотерапевтов в области когнитивно-поведенческой терапии, оказавших значительное влияние на развитие психотерапевтической практик необходимо отметить работы З. Фрейда, А. Бека, А. Элиса, Д. Мейхенбаума, А. Бандуры, А.В. Семенова, Н.Р. Гринцовой, Ю.М. Жукова [6].

В экстремальных ситуациях когнитивно-поведенческая терапия применяется для помощи специалистам в преодолении психологических трудностей и адаптации к стрессовым условиям. Методы применения включают в себя:

– *Когнитивная реструктуризация*: помогает людям идентифицировать и изменить негативные мыслительные образы и установки, которые могут приводить к стрессу или тревожности в экстремальных ситуациях.

– *Экспозиция*: предоставляет возможность постепенно и контролируемо вступать в контакт с теми ситуациями или объектами, которые



Рисунок – Теоретические подходы к ПОПД специалистов по социальной работе

вызывают тревогу или страх, чтобы постепенно преодолеть эмоциональную реакцию.

– *Техники релаксации*: включают в себя методы глубокого дыхания, прогрессивную мышечную релаксацию и медитацию, чтобы помочь снизить физиологическое напряжение и стресс.

– *Тренинги по управлению стрессом*: обучают практическим навыкам управления стрессом и адаптации к изменяющимся условиям, включая стратегии планирования, решения проблем и принятия решений.

– *Психообразование*: предоставляет информацию о психологических реакциях на стресс и способы их управления, чтобы повысить осознанность и эффективность приспособления.

Эти методы могут применяться как индивидуально, так и в групповой форме под руководством квалифицированного психолога или психотерапевта.

Важным аспектом в разработке психологического обеспечения профессиональной деятельности специалистов по социальной работе в экстремальных ситуациях является *подход кризисного управления* (Д. Льюис Р. Каплан, М. Матте, К. Альбрехт, Ф.Е. Василюк, Д.В. Поспелов), который предполагает развитие профессиональной жизнеспособности через формирование устойчивости и способности к преодолению кризисных ситуаций у работников и их клиентов [7].

В целях снижения негативного влияния экстремальных ситуаций на специалистов по социальной работе применяются различные методы кризисного управления и формирования профессиональной жизнеспособности, которые включают в себя:

– психологическую поддержку и консультирование для снятия психологического давления и стресса;

– тренинги и семинары по развитию навыков управления стрессом, адаптации к переменам и решению проблем;

– групповые сессии для обмена опытом и поддержки между коллегами;

– индивидуальные консультации с психологами или психотерапевтами для работы над личным эмоциональным благополучием и профессиональным развитием;

– программы реабилитации и восстановления, направленные на восполнение психологического и физического здоровья после травматических событий.

Описанные теоретические подходы к разработке психологического обеспечения профессиональной деятельности (ПОПД) специалистов по социальной работе в экстремальной ситуации представлены на рисунке.

Система психологического обеспечения деятельности специалистов по социальной работе в экстремальных условиях, основанная на интеграции травмотологического, системного, когнитивно-поведенческого подходов, а также методов кризисного управления, обеспечит всестороннюю подготовку и поддержку специалистов, поможет повысить их профессиональную устойчивость и способность эффективно реагировать на кризисы.

Важно отметить, что организация психологического обеспечения социальной работы в экстремальной ситуации требует не только специальных подходов, но и учета специфики деятельности специалистов по социальной работе.

Социальная работа отличается включенностью в процессы реагирования на экстремальные ситуации, что обусловлено необходимостью предоставления помощи и поддержки лицам, оказавшимся в кризисных и экстремальных

условиях. Специалисты по социальной работе играют ключевую роль в эвакуационных мероприятиях, организации временного размещения и оказании психосоциальной помощи пострадавшим. В посткризисный период они активно участвуют в восстановительных мероприятиях, обеспечивая доступ к жилью, медицинским услугам и финансовым ресурсам. К одним из важных аспектов деятельности специалистов по социальной работе относится профилактика экстремальных ситуаций, которая осуществляется через взаимодействие с уязвимыми группами населения и предоставление информации по вопросам безопасности. Организация комплексной психосоциальной поддержки клиентов как одного из немаловажных аспектов реабилитационного направления деятельности специалистов по социальной работе реализуется путем координированного взаимодействия с психологами и психотерапевтами, что способствует эффективному преодолению пострадавшими эмоциональных и психологических трудностей, а также их адаптации к новым условиям в постэкстремальный период. Предоставление полного спектра помощи пострадавшим, реализуемого через взаимодействие социальных работников с различными службами, такими как специальные службы Министерства чрезвычайных ситуаций, государственные медицинские учреждения, волонтерские, благотворительные и общественные объединения, способствует созданию комплексного подхода к решению профессиональных задач [8]. Данные особенности необходимо учитывать при построении системы психологического обеспечения профессиональной деятельности специалистов по социальной работе.

**Заключение.** Проведенное теоретическое исследование позволило констатировать, что актуальность проблемы психологического обеспечения деятельности специалистов в экстремальных условиях подтверждается многочисленными исследованиями как зарубежных, так и отечественных ученых. С целью разработки эффективных, системных, а главное – научно обоснованных методов психологической поддержки специалистов, разработка системы психологического обеспечения профессиональной деятельности должна опираться на концептуальные модели научного знания – теоретические подходы, которые предоставляют научно обоснованные методы

и техники, проверенные в различных исследованиях, обеспечивающие высокую надежность и эффективность программ психологического обеспечения. Построение системы психологического обеспечения профессиональной деятельности специалистов по социальной работе в экстремальных условиях должна базироваться на основополагающих принципах и методологии травматологического и системного подходов, а также подходов кризисного управления и когнитивно-поведенческой терапии.

Обязательным условием при построении системы психологического обеспечения социальной работы в экстремальной ситуации является необходимость учета специфики профессиональной деятельности специалистов по социальной работе.

Результаты проведенного теоретического исследования могут быть использованы для разработки систем психологического обеспечения специалистов по социальной работе, а также других профессий социоэкономического профиля.

## Литература

1. Правдина, Л.Р. Влияние экстремальной ситуации на динамику социально-психологических характеристик личности: дис... канд. психол. наук: 19.00.05 / Л.Р. Правдина. – Ростов н/Д, 2004. – 233 л.
2. Мансури, О.В. Психологические особенности личности специалистов экстремальных профессий с длительным стажем трудовой деятельности: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.13 / О.В. Мансури. – Ростов н/Д, 2019. – 242 л.
3. Черникова, И.В. Формирование адаптационной готовности специалиста по социальной работе к деятельности с пострадавшими в экстремальных ситуациях: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.08 / И.В. Черникова. – Ставрополь, 2000. – 195 л.
4. B.A. van der Kolk, "Developmental Trauma Disorder: Toward A Rational Diagnosis For Children With Complex Trauma Histories", *Psychiatric Annals*, 35, no. 5 (2005): 401–408.
5. Ван, Р.-Ж. Когнитивно-поведенческие терапии: научная психология на службе человеку / Р.-Ж. Ван // *Философско-литературный журнал «Логос»*. 2010. №3 (76). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kognitivno-povedencheskieterapii-nauchnaya-psihologiya-na-sluzhbe-cheloveku> (дата обращения: 21.06.2024).
6. Ростовцева, М.В. Адаптивность как отношение личности и общества: социально-философский аспект : дис. ... канд. филос. наук: 09.00.11 / М.В. Ростовцева. – Красноярск, 2010. – 171 л.
7. Курьшев, В.М. Формирование профессиональной устойчивости будущих специалистов по социальной работе с осужденными средствами интерактивных технологий: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.08 / В.М. Курьшев. – Москва, 2015. – 201 л.

*Поступила в редакцию 07.10.2024*