

Ярема Наталия Юрьевна Государственный научно- исследовательский институт МВД Украины, ведущий научный сотрудник, кандидат психологических наук 01011, Украина, Киев, пер. Е. Гуцолы yarema.n@ukr.net	Yarema Nataliia State Research Institute of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine, leading researcher, Phd 01011, Ukraine, Kyiv, per. Ye. Gutsola per. Ye. Gutsola	Пампура Игорь Иванович Государственный научно- исследовательский институт МВД Украины, старший научный сотрудник, магистр психологии 01011, Украина, Киев, пер. Е. Гуцолы yarema.n@ukr.net	Pampura Igor State Research Institute of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine, senior researcher, master of psychology 01011, Ukraine, Kyiv, per. Ye. Gutsola per. Ye. Gutsola
--	---	--	---

ОКАЗАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ В УСЛОВИЯХ ГУМАНИТАРНОГО КРИЗИСА В УКРАИНЕ

THE PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE IN SITUATIONS OF HUMANITARIAN CRISIS IN UKRAINE

Резюме: В условиях гуманитарного кризиса в Украине психологам приходится работать с лицами, перенесшими психическую травму (переселенцы и беженцы, жертвы захвата заложников, люди, пережившие бомбежки, обстрелы, гибель родственников, разбойные нападения и тому подобное). В статье представлен анализ трудов, посвященных вопросам принципов, главных задач, направлений и этапов оказания психологической помощи в экстремальных условиях.

Abstract: The humanitarian crisis in Ukraine, psychologists have to work with persons who have experienced trauma (displaced persons and refugees, victims of hostage-taking, the survivors of the bombing, the shelling, the death of a relative, robbery and the like). The article presents the analysis of the works devoted to the principles, main objectives, directions and stages of psychological assistance in extreme conditions.

Ключевые слова: экстренная психологическая помощь, экстремальная ситуация, гуманитарный кризис, психотравмирующее влияние.

Key words: psychological emergency, extreme situation, humanitarian crisis, stressful influence.

Сегодня в Украине проявляются все признаки гуманитарного кризиса, который рассматривается как положение с фундаментальными правами человека на территории государства, когда [1]:

– нарушение этих прав является систематическим, длительным и грубым;

- масштабы нарушений составляют явную угрозу для мира и безопасности в регионе или во всем мире;
- внутригосударственные органы власти не могут или не желают положить конец нарушениям фундаментальных прав человека в своем государстве;
- существует насущная необходимость в неотложных действиях мирового сообщества для ликвидации этого положения.

Среди систематических и грубых нарушения прав человека, происходит ущемление права на наивысший достижимый уровень физического и психического здоровья, которое согласно Европейской социальной хартии, Международного пакта об экономических, социальных и культурных правах является одним из прав человека второго поколения.

Рост числа экстремальных ситуаций в нашей стране обуславливает необходимость подготовки специалистов, способных оказывать экстренную психологическую помощь. Несмотря на важность и актуальность проблем оказания экстренной психологической помощи населению в экстремальных ситуациях, эти задачи в настоящее время до сих пор остаются достаточно новыми для психологов в связи с отсутствием предыдущего практического опыта участия в подобных событиях. Психологам приходится работать с лицами, перенесшими психическую травму (переселенцы и беженцы, жертвы захвата заложников, люди, пережившие бомбежки, обстрелы, гибель родственников, разбойные нападения и тому подобное).

Результаты исследований вопросам оказания психологической помощи в экстремальных ситуациях освещены в работах Н. Г. Гаранян, Т. Н. Гуренковой, И. Н. Елисеевой, М. А. Крюковой, Т. Ю. Кузнецовой, А. И. Ляшенка, И. Г. Малкиной-Пых, Т. Н. Никитиной, Н. Г. Осуховой, Д. В. Солошенка, С. В. Тиунова, А. В. Тимченка, А. Б. Холмогоровой, В. Е. Христенка, В. М. Шатила и др.

Целью нашей статьи является представление данных обобщенного анализа наработок в области оказания психологической помощи в экстремальных условиях.

Психологическая помощь в тяжелых кризисных состояниях называется экстренной психологической помощью. Это система краткосрочных мероприятий, предоставляемых потерпевшим непосредственно во время или сразу после чрезвычайной ситуации [2; 3]. Целью экстренной психологической помощи является профилактика патологических изменений, восстановления и сохранения психосоматического здоровья.

Экстренная психологическая помощь оказывается людям в остром стрессовом состоянии. Это состояние представляет собой переживание поведенческой, эмоциональной и умственной дезорганизации.

Безотлагательное психотерапевтическое вмешательство, как можно ближе по времени к перенесенной травме, позволяет предотвратить многие нежелательные последствия и переход процесса в хронические формы.

Психодиагностика и процедура оказания психологической помощи в экстремальных ситуациях имеют свою специфику. В экстремальных ситуациях из-за нехватки времени невозможно использовать стандартные диагностические процедуры. Действия, в том числе практического психолога, определяются планом на случай чрезвычайных обстоятельств.

Для оказания экстренной психологической помощи психолог должен [4]:

- проанализировать ситуацию (особенности психотравмирующих воздействий, количество людей, нуждающихся в помощи и т. п.);
- ознакомиться с информацией по условиям работы (место нахождения потерпевших и их родственников, место, где можно работать с пострадавшими, размещение пострадавших, расположение пунктов питания, порядок выплат компенсаций и тому подобное);
- определить группы лиц, нуждающихся в экстренной психологической помощи.

Главными принципами оказания помощи лицам, перенесшим психологическую травму в результате влияния экстремальных ситуаций являются [5; 6]:

- безотлагательность;
- целесообразность;
- приближенность к месту событий (оказание помощи в привычной обстановке и социальном окружении);
- ожидание восстановления нормального состояния (поддержать уверенность в скором возвращении пострадавшего к нормальному состоянию);
- предвидения дальнейшего развития расстройств;
- пролонгированность специализированной помощи;
- поэтапность и преемственность оказания психологической помощи.

Среди задач экстренной психологической помощи выделяют повышение адаптационных возможностей индивида; психотерапию возникающих приграничных нервно-психических нарушений, профилактику острых панических реакций, психогенных нервно-психических нарушений.

Следует учитывать, что в чрезвычайных и кризисных ситуациях пострадавшие и их близкие нуждаются в информационной, социальной, медицинской и других видов помощи. Комплексный подход при оказании помощи обеспечивает восстановление докризисного уровня функционального состояния человека, способность к адекватному восприятию действительности и поведения в данных условиях, предотвращение возникновения психосоматических заболеваний и психических расстройств.

Экстренная психологическая помощь оказывается в случае, когда в результате психотравмирующих событий возникли такие изменения в психической деятельности, которые, вызывая дезадаптацию личности, нарушают функциональное состояние личности, возможность принятия решений, регуляции эмоционального состояния. Экстренная психологическая помощь лицам позволяет стабилизировать состояние пострадавших, снять или

уменьшить острые симптомы дистресса, восстановить функциональное состояние, способность регуляции эмоционального состояния и поведения [7; 8].

В оказании экстренной психологической помощи могут нуждаться [6]:

- лица, непосредственно пострадавшие от чрезвычайных ситуаций;
- родные и близкие пострадавших и население, находящееся непосредственно в зоне чрезвычайных ситуаций или вне нее;
- очевидцы событий, которые могут получить психологическую травму;
- работники медицинских, социальных, психологических и других служб, участвующие в устранении последствий экстремальных ситуаций;
- лица, которые не находились в зоне чрезвычайных ситуаций и не принимали участие в оказании помощи пострадавшим, но у которых развились те или иные отклонения в состоянии психического здоровья и поведения в связи с воздействием стрессовых факторов, обусловленных информацией о ситуации («вторичная травматизация»), или обострились ранее существовавшие психические расстройства, актуализировались травмы, полученные ранее.

Психологам в ситуации оказания экстренной психологической помощи необходимо распознавать проявления и знать динамику острого стрессового расстройства, которое может развиваться в ответ на травматическое событие.

Разновидностями экстренной психологической помощи являются: экстренная «допсихологическая» помощь, информирование; психологическое сопровождение; психологическое вмешательство (интервенция); выявление негативных социально-психологических механизмов (психическое заражение, паника, слухи) и управление ими [9; 10].

Исследователи и практики выделяют следующие этапы оказания экстренной психологической помощи [7; 8; 11]:

I. Подготовительный этап предполагает сбор необходимой для психологов информации об экстремальной ситуации. Происходит

установления связей с организациями и ведомствами, которые оказывают комплексную помощь населению. Производится анализ, прогноз и планирование действий, распределение функций, определение графика работы.

II. Установление контакта с представителями других ведомств производится для обеспечения возможности удовлетворения базовых потребностей личности (потребности в пище, безопасности, значимой информации и др.) с целью снятия напряжения и создания более благоприятных условий оказания психологической помощи.

III. Непосредственное оказание экстренной психологической помощи пострадавшим.

IV. Завершение работы по оказанию экстренной психологической помощи происходит при условии восстановления функционального состояния личности, обретения контроля за ситуацией и своим поведением, появления ресурсов для преодоления проблемы.

V. Анализ процесса и результатов деятельности осуществляется как в процессе оказания помощи, так и после ее завершения. Данные обобщаются, сопоставляются, выявляется и описывается специфика отдельных случаев, фиксируются закономерности. Анализируются допущенные ошибки и меры, которые дают положительный результат.

VI. Восстановительный этап заключается в необходимости полноценного отдыха психологов после работы, в обсуждении и подведении итогов работы, супервизии сложных случаев.

Таким образом, проблема оказания срочной психологической помощи населению в экстремальных ситуациях является чрезвычайно важной. Кроме определения и понимания главных принципов, целей, этапов осуществления экстренной психологической помощи, не меньшего внимания требуют вопросы применения способов и приемов реализации ее задач.

Важными и актуальными являются вопросы создания системы оказания психологической помощи общегосударственного уровня. На сегодняшний день помимо психологических служб органов исполнительной власти, силовых

структур на волонтерских началах созданы многочисленные центры медико-психологической помощи, кризисные центры и др. Вместе с тем, деятельность этих центров недостаточно скоординирована, а количество волонтеров, задействованных в работе этих центров, является недостаточной, чтобы охватить всех, нуждающихся в психологической помощи.

1. Гуманитарный кризис: сайт. URL: <http://strochka.org/raznoe/43-zashhita-prav-cheloveka-2/2901-gumanitarnyj-krizis.html>
2. Крюкова М.А. и др. Экстренная психологическая помощь : практическое пособие. М. : НЦ ЭНАС, 2003. 64 с.
3. Солошенко Д.В. Экстренная психологическая помощь. Консультирование. Х. : Торсинг, 2001. 192 с.
4. Миллер Л.В. Модель экстренной психологической помощи Л.В. Миллер:сайт. URL:http://psyjournals.ru/cepp/issue/45300_full.shtml
5. Малкина-Пых И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. М. : Изд-во Эксмо, 2005. 960 с.
6. Порядок межведомственного взаимодействия при оказании специализированной психотерапевтической, психологической и психиатрической помощи при ЧС в городе Москве. М., 2006.
7. Ляшенко А.И., Тиунов С.В., Шатило В.Н. Практика участия психологов МСПП в работе по оказанию экстренной психологической помощи. *Психология экстремальных ситуаций*. Под ред. В.В. Рубцова, С.Б. Малых. М. : Психологический институт РАО, 2007. С. 199-205.
8. Никитина Т.Н. К вопросу о задачах экстренной психологической помощи. *Антология тяжелых переживаний : социально-психологическая помощь*: Сборник статей. Под ред. О.В. Красновой. М : МПГУ; Обнинск: Принтер, 2002. С.190-204.
9. Холмогорова А.Б., Гаранян Н.Г. Психологическая помощь людям, пережившим травматический стресс. М.: МГППУ, 2006. 112 с.
10. Осухова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях: Учебное пособие для студ. высш. учеб.заведений. 2-е изд., испр. М. : Академия, 2007. 288 с.
11. Психология экстремальных ситуаций: учебное пособие для студентов высш. учеб. заведений. [Т.Н. Гуренкова, И.Н. Елисеева, Т.Ю. Кузнецова и др.]: Под общ.ред. Ю.С. Шойгу. М. : Смысл; Академия, 2009. 320 с.