



**Рисунок 2. – Анализ анкетирования интернет-зависимости у воспитанников клуба «Следопыт -1»**

Ни одного вида компьютерной зависимости выявлено не было, однако признаки компьютерной увлеченности – у 3 человек (27%).

Большое внимание было уделено профилактике данного вида зависимости, так сказать «с перспективой, на будущее». Важным является заинтересовать подростков другим видом деятельности - клубная работа, спортивные секции, художественные кружки, дополнительное образование, факультативы; кружки уменьшают запас свободного времени и увеличивают количество заданий, которые требуют, не только времени, но и занимают внимание подростка.

Большое значение имеют семейные традиции. Формирование гармоничных взаимоотношений в семье, доверительные отношения между родителями и их детьми, а также общие интересы всех членов семьи – неотъемлемая часть полноценного развития личности.

#### **Библиографические ссылки**

1. Гурин Г. Г. Интернет-зависимость-проблемы интерпретации в условиях бурного развития электронных технологий//Гарантииправребенка - безопасность детства : сб. науч. тр. / Департамент образования г. Москвы, Гос. авт.образоват. учреждение высш. образования г. Москвы «Моск. гор.пед. ун-т» (ГАОУ ВОМГПУ), Ин-т Права и Управления ; [ред. совет : О. В. Ефимова, А.В. Звонарев, Н. М.Ладнушкина; отв.ред.О. В.Ефимова,А. В.Звонарев].-М., 2019. -Вып.2.- С.28-33.

2. Инструкция МЗ РБ по определению компьютерной зависимости у подростков и молодежи: утв. М-вом здравоохранения Респ. Беларусь 04.09.2015. Минск: Респ. научно-практический центр психического здоровья, 2015 г. 17 с.

В.А. Дворецкая

*Белорусский государственный университет, факультет философии  
и социальных наук, кафедра социальной работы и реабилитологии  
[Dvoreckayavika@mail.ru](mailto:Dvoreckayavika@mail.ru)*

**Аннотация.** В статье рассмотрены представления о профессиональных рисках, профессиональном выгорании и причинах профессионального стресса у специалистов по социальной работе. Профессиональные риски приводят к синдрому выгорания, в результате чего специалист по социальной работе сам становится клиентом, нуждающимся в профессиональной помощи специалистов.

**Ключевые слова:** профессиональный риск; синдром выгорания; социальная работа; специалист по социальной работе; стресс.

Проблема профессиональных рисков в социальной работе обусловлена спецификой типа профессиональной деятельности «человек-человек». К профессиям типа «человек-человек» относятся профессии, связанные с медицинским обслуживанием (врач, медсестра), образованием и воспитанием (педагог, няня, учитель, тренер), социальной защитой (социальный работник, специалист по социальной работе), бытовые услуги (продавец, кондуктор, официант), правовая охрана (юрист, следователь, участковый).

Профессии этого типа предъявляют высокие требования к таким качествам сотрудника, как умение устанавливать и поддерживать деловые контакты, понимать состояние людей, влиять на других и т. д. Постоянно работая с людьми, специалисты по социальной работе больше подвержены риску профессиональной деформации, чем представители других типов профессий. Это вызвано тем, что специалист по социальной работе, испытывая чувство сопереживания и сочувствия к клиенту, берет на себя проблемы клиента, что небезопасно для его психического здоровья. Специалист, качественно выполняющий свою работу согласно должностной инструкции, в любой момент может оказаться в опасности при исполнении своих профессиональных обязанностей.

Постоянные стрессовые ситуации, в которые попадает специалист по социальной работе в процессе сложного социального взаимодействия с клиентами, и желание разобраться в их сложной жизненной ситуации, а также личная незащищенность и другие морально-психологические факторы негативно сказываются на здоровье человека.

Специалисты по социальной работе должны хорошо понимать, каким профессиональным рискам они могут подвергаться, их социально-психологическому и биологическому характеру, иметь информацию о способах предотвращения профессиональных рисков и правильно реагировать на их присутствие. Очень важно повышать психологическую культуру специалистов по социальной работе. Специалисты по социальной работе должны хорошо осознавать профессиональные возможности и

ограничения, постоянно учитывать свой психофизиологический и трудовой потенциал [1].

Уровень эмоциональной нагрузки на специалиста по социальной работе увеличивается, когда (из-за недостатка внешних и внутренних ресурсов) он зачастую является единственным ресурсом, от которого зависит помощь клиента.

Эмоциональная напряженность возрастает, когда специалисты работают с трудными клиентами, в общении с которыми специалисты по социальной работе не получают положительной обратной связи и, как следствие, ощущения профессиональной эффективности своих действий.

Динамичное развитие социальной сферы Республики Беларусь, происходящее в последние десятилетия, сопровождается повышением востребованности профессии специалиста по социальной работе, играющей значительную роль в социальном развитии населения, обеспечивающей достойное качество жизни и социальное благополучие населения, предотвращающее рост негативных социальных явлений. Несмотря на то, что специалисты по социальной работе выполняют широкий спектр социально значимых функций, удовлетворяют важнейшие потребности и интересы общества, по мнению общественности, специалисты по социальной работе имеют низкий уровень престижа [3]. Низкий престиж этой профессии в обществе, трудности собственной жизни специалиста приводят к изменениям в мотивационной сфере, разочарованию в профессии и общей деформации личности специалиста. Таким образом, социальная работа полностью относится к профессиональной деятельности с повышенным риском эмоционального истощения.

Признаками эмоционального истощения являются: снижение эмоционального тонуса, симптомы депрессии, потеря интереса к окружающему миру, потеря источников эмоциональной подпитки. Страдающим эмоциональным истощением не хватает энергии на весь рабочий день. Раздражительность становится причиной гнева и других проявлений недоброжелательности по отношению к клиентам и даже коллегам.

Одновременно с эмоциональным истощением наблюдается отрицательная динамика физического самочувствия специалиста. Головная боль, нарушение сна, хроническая усталость разрушают организм, наносят непоправимый урон здоровью.

Наличие специального образования по социальной работе, безусловно, повышает стрессоустойчивость специалиста, вооружает его знаниями по работе с клиентами. При обучении специалиста по социальной работе в высших учебных заведениях ставка делается на психологическую подготовленность специалистов, умение общаться, строить защитные блоки, перестраивать способы саморегуляции и повышать толерантность. При успешном освоении программы подготовки

специалиста по социальной работе молодой специалист оснащается всем защитным механизмом, но необходимо помнить, что он не вечен и необходимо совершенствоваться, и развивать приобретенные навыки.

Помимо эмоционального истощения, существует еще один фактор, влияющий на развитие профессиональных рисков, - это не слаженная административно-управленческая деятельность органов, работающих вместе со специалистом для достижения своих целей помощи клиенту. Специалист чувствует себя совершенно беспомощным перед глухой стеной бюрократической системы. Слабо развитая законодательная база не защищает специалиста по социальной работе.

Роль специалиста по социальной работе как профессионала сложна, потому что он еще не имеет прочного и стабильного профессионального статуса в обществе. Специалист по социальной работе часто сталкивается в своей работе с негативным «обратным переносом».

«Обратный перенос» - это передача эмоционального отношения клиента к значимым для него ценностям, людям и явлениям. Есть много разных видов проявлений «обратных переносов». Так, специалисту по социальной работе часто приходится чувствовать себя виноватым, например, в случае самоубийства клиента. Другой вид «обратного переноса» - агрессивность, которая может возникнуть во время работы. Гнев клиента может спровоцировать негативную реакцию специалиста, вызвать у него раздражение, оскорбление, желание мести, напряжение и тревогу.

Ключом к предотвращению подобных ситуаций является повышение культуры общения, взаимопомощи и взаимопонимания, доброжелательности, самообразования и контроля.

Чтобы снизить вероятность развития профессиональных рисков у специалистов социальной работы и повысить эффективность профессиональной деятельности в целом, необходимы практические меры по предупреждению и коррекции выгорания специалистов, предупреждению стресса и любых негативных последствий. К таким типам событий относятся:

- \* система поощрения (материального и нематериального) специалистов, формирование отношения к профессии специалиста по социальной работе, как важной и значимой;

- \* регулярный обмен опытом между специалистами;

- \* повышение престижа специалиста по социальной работе как в профессиональной среде, так и за ее пределами

- \* подготовка специалистов по социальной работе на курсах повышения квалификации;

- \* регулярная супервизия, как форма разрешения сложных профессиональных ситуаций под руководством профессиональных психологов;

\* обучение специалистов социальной работы на курсах повышения квалификации

В ходе обучения специалист получает информацию о профессиональных рисках, синдроме профессионального выгорания, признаках, этапах становления, способах его преодоления, приобретает навыки саморегуляции, тем самым повышает свой профессионализм, что снижает риск появления симптомов выгорания.

Итак, чтобы избежать синдрома выгорания и профессиональных рисков в любых проявлениях, специалист должен оценить - живет ли он так, как хочет. Если существующая жизнь не удовлетворяет, следует решить, что нужно сделать для позитивных изменений. Только должным образом заботясь о качестве своей жизни, специалист сможете оставаться эффективным специалистом.

#### **Библиографические ссылки**

1. Водопьянова Н. Е. Психическое выгорание // Стоматолог. 2000. № 7.
2. Золотарева Т. Ф. Основы психологической самопомощи социального работника. М., 2001.
3. Дворецкая В.А. Проблемы престижа специалиста по социальной работе и возможности его повышения // Материалы международной научной конференции к 30-летию факультета философии и социальных наук Белорусского государственного университета. М., 2019. С.398-403.

#### **ПРОФИЛАКТИКА НЕСУИЦИДАЛЬНОГО САМОПОВРЕЖДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ В ПРАКТИКЕ СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ.**

**А.А. Джангетов**

*ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет»,  
институт экономики и управления, кафедра социальных технологий  
[lyalyadzhangetova@gmail.com](mailto:lyalyadzhangetova@gmail.com)*

**Аннотация.** В статье раскрывается содержание понятия «самоповреждающее поведение», определены основные причины и проявления несуицидального самоповреждающего поведения подростков. В работе раскрыты объект, предмет, цель и задачи профилактической работы с подростками, имеющими несуицидальное самоповреждающее поведение, а также представлен алгоритм работы специалистов и субъектов профилактики и основные методы работы с данной категорией населения.

**Ключевые слова:** подросток; девиантное поведение; несуицидальное самоповреждающее поведение; агрессия; социальная работа; профилактика.

На сегодняшний день проблема несуицидального самоповреждающего поведения стала довольно частым явлением не только среди взрослых, но и подрастающего поколения. Ежегодно количество граждан, имеющих какие-либо проявления самоповреждающего поведения, в России растет. Так, по данным Федеральной службы государственной статистики число граждан с