

**МЕЖДУНАРОДНАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ  
ДЕТСКИХ ПСИХОЛОГОВ, СОЦИАЛЬНЫХ ПЕДАГОГОВ И  
СОЦИАЛЬНЫХ РАБОТНИКОВ СТРАН СНГ  
«Реализация прав детей через деятельность  
социально-психологических служб»**

**17 мая 2024 года**

**Информация по вопросу «Психологическое сопровождение  
несовершеннолетних в кризисных ситуациях в Республике Беларусь»**

*Докладчик: Пузыревич Наталья Леонидовна, заведующий кафедрой социальной и семейной психологии Института психологии учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», кандидат психологических наук*

Говоря о психологическом сопровождении, следует принимать во внимание два ключевых аспекта: 1) формирование психологической устойчивости у детей и подростков, развитие их личностных ресурсов и компетенций в области преодоления трудных жизненных ситуаций; 2) формирование социальной поддержки (повышение психологической компетентности у родителей, учителей и сверстников с целью формирования внешнего ресурса для детей и подростков), следовательно, дети и подростки будут чувствовать свою нужность, важность, смогут получить своевременную поддержку в трудной жизненной ситуации и своевременно преодолеть данную ситуацию.

Для реализации двух ключевых аспектов используется два различных подхода: стратегический (превентивный) и традиционный (симптоматический).

**Стратегический (превентивный) подход**

Сигналом для психологического сопровождения выступает кризисное событие (с точки зрения несовершеннолетнего) (*например, конфликт, буллинг, смерть близкого человека и т.д.*)

Принципы стратегического (превентивного) подхода: немедленная помощь (как можно ближе к моменту, когда произошло кризисное событие – не позднее 72 часов), близость к месту события, установка на положительные результаты, использование простых и действенных способов психологической помощи.

Отличительные черты стратегического (превентивного) подхода: активная позиция психолога (мы идём к ребёнку, а не он к нам), сочетание групповых (психологический дебрифинг) и индивидуальных методов психологической помощи, акцент на базовых потребностях,

рассмотрение изменений на когнитивном, эмоциональном и поведенческом уровнях как нормальных реакций на ситуации, выходящие за рамки жизненного опыта.

Цель психологического сопровождения:

- 1) в понимании смысла происшедшего;
- 2) в восстановлении чувства контроля над своей жизнью;
- 3) в возобновлении реалистичной самооценки.

**Традиционный (симптоматический) подход** используется в случае проявления симптомов неблагополучия через длительное время после кризисного события (*например, ухудшение сна, эмоционального состояния, при появлении суицидальных мыслей и т.д.*).

Объединяющее начало двух подходов включает следующие параметры: личностные ресурсы, социальную ситуацию, в которой подход применяется, и опыт преодоления, сформировавшийся в течение всей жизни (у детей и подростков важно выяснять, как они преодолевали трудные жизненные ситуации ранее, как изменилось их восприятие тех ситуаций спустя время, чтобы можно было показать им, что ситуации конечны, преодолимы и у них уже есть собственный опыт совладания с ними – это мотивирует и придаёт уверенности в том, что и с текущей трудной жизненной ситуацией получится справиться).

Важно учитывать, что у каждого ребёнка и подростка одна и та же ситуация может вызывать разное отношение. Это зависит от имеющегося опыта преодоления, от наличия/отсутствия собственных ресурсов и от возможности обращения за социальной поддержкой. Таким образом, для кого-то конфликтная ситуация может рассматриваться как трудная жизненная ситуация, а для кого-то – как обычная ситуация, поскольку и с гораздо более тяжёлыми ситуациями уже приходилось справляться и есть соответствующий опыт преодоления. В этой связи важно учитывать, что не сама ситуация вызывает определённую реакцию, а то, как она воспринимается (оценивается) детьми и подростками. Существует первичная, вторичная и третичная оценки. Конструктивным способом такой оценки ситуаций дети и подростки обучаются на факультативных занятиях по формированию психологической устойчивости личности.

Первичная оценка напоминает процесс классификации жизненных эпизодов и соотнесение их с жизненным опытом. В результате такой классификации все ситуации распределяются по трем группам. 1) Ситуации, не затрагивающие ребёнка и, соответственно, не требующие никакой реакции. Если ситуация оценена как незначительная, то она не приводит ни к каким другим процессам, кроме как к ориентировочной реакции. 2) Позитивные ситуации, которые могут быть либо желательными, либо нейтральными. Они также не вызывают адаптивных

процессов. Речь идет чаще всего о приятных ситуациях, преодолевать которые не нужно (например, удачный исход дела). 3) Ситуации, оцениваемые как стрессовые, характеризуются потребностью в адаптации.

Вторичная оценка – это процесс, посредством которого ребёнок анализирует, что может быть сделано для того, чтобы преодолеть ситуацию стресса, или предотвратить её, или улучшить состояние дел, то есть оцениваются возможности совладания со стрессом. Таким образом, вторичная оценка критически дополняет первичную и определяет, какими методами ребёнок может влиять на негативные ситуации и их исход, а это значит, на процесс выбора механизма и ресурсов преодоления стресса. Вторичная оценка касается только ситуаций третьей группы (ситуаций, оцениваемых как стрессовые, характеризуются потребностью в адаптации) и заключается в том, что ребёнок подключает к оценке имеющиеся в его распоряжении внутренние и внешние ресурсы для решения проблемы. К внутренним ресурсам (индивидуальным переменным) относятся: способность к сопротивлению, эмоциональная стабильность и т. д. К внешним ресурсам (окружающего мира) относится социальная поддержка.

Третий вид оценки – переоценка, которая основывается на обратной связи от результата взаимного сопоставления первых двух оценок ситуации, что может привести к изменению первичной оценки и вследствие этого к пересмотру своих возможностей/способностей воздействовать на данную ситуацию, то есть к коррекции вторичной оценки. Переоценка предполагает выявление уровня травмированности продолжающейся угрозы, сложности задачи преодоления.

Ежегодно проводится мониторинг, который свидетельствует о положительной динамике, показывает эффективность применяемых нами стратегий.

Для осуществления вышеперечисленной деятельности при поддержке Министерства образования Республики Беларусь ежегодно реализуются обучающие программы, повышающие профессиональную компетентность психологов и способствующие созданию из числа психологов различных областей Республики Беларусь группы экстренного реагирования. В результате, в кризисных ситуациях все подготовленные региональные психологи реагируют оперативно, на месте события, не дожидаясь приезда психологов из г. Минска, что обеспечивает оперативную, своевременную и качественную психологическую помощь детям и подросткам. **Темы обучающих программ для психологов:** «Работа педагога-психолога по оказанию помощи в кризисных ситуациях» для педагогов-психологов учреждений

образования в очной (дневной) форме получения образования. «Работа педагога-психолога по профилактике суицидального поведения в молодежной среде: стратегии и инструменты» для педагогов-психологов учреждений образования в очной (дневной) форме получения образования.

**Осуществляется публикация статей в издании «Диалог. Психологический и социально-педагогический журнал»,** адресованных родителям, учителям, психологам и самим подросткам, что способствует психологической помощи и самопомощи в трудных жизненных ситуациях (журнал широко распространён в открытом доступе – в печатном и в электронном виде в Республике Беларусь).

**Благодаря поддержке Министерства образования Республики Беларусь реализуются два гранта на проведение научно-исследовательских работ:** «Разработка научно-методического обеспечения формирования компетенций у подростков в области конструктивного преодоления трудных жизненных ситуаций» (№ государственной регистрации 20220454). «Разработка научно-методического обеспечения формирования компетенций у будущих педагогов в области предупреждения суицидального поведения подростков» (№ государственной регистрации 20190518). Осуществляется 5-летняя научно-исследовательская работа по теме «Разработать научно-методическое обеспечение формирования компетенций у будущих психологов в области сопровождения семьи в кризисных ситуациях» (2021-2025 гг.). Все вышеперечисленные темы проектов обеспечивают научно обоснованные подходы к психологическому сопровождению несовершеннолетних, соответствуют актуальным запросам времени.