

Современные методы организации социального обслуживания ГПВИИ на примере ГУ «ОКЦСОН»

Психологическая деятельность является относительно новым видом деятельности в рамках системы СОГПВИИ. Ее востребованность обусловлена требованиями времени, социально-политической, экономической ситуацией в стране. Если в обязанности сотрудников ЦСОГПВИИ входит оказание различного рода помощи и содействия малообеспеченной части населения, то задачей психолога является психологическое сопровождение этой категории граждан. Психолог ГУ «ОКЦСОН» в своей работе придерживается системного подхода. Это отечественный подход, который предполагает системное, комплексное воздействие на психику человека и является наиболее оптимальным и эффективным в условиях центра.

Особенности психики ГПВИИ обусловлены тем, что к пенсионному возрасту за плечами человека осталась большая часть выпавших на долю жизненных переживаний: человеком закономерно пройдены почти все возрастные кризисы, позади остались конфликты, связанные с профессиональной деятельностью и общением, большая часть семейных, бытовых и социальных стрессов. Тревога, эмоциональные нарушения, вызванные переживаниями, многих уже привела к появлению психосоматических заболеваний. Кроме того, к этому возрасту человек, как правило, уже приобрел опыт расставаний, потерь, ухода близких людей. Тема одиночества, болезней, жалобы на материальные и финансовые трудности - основные темы жалоб клиентов психолога ГУ «ОКЦСОН». Все это приводит к тому, что глобальной проблемой нынешнего времени ГПВИИ становится склонность к депрессивным состояниям различной степени выраженности. Эта проблема, по мнению многих ученых, будет прогрессировать, т.к. усугубляется все возрастающей оторванностью человека от своей естественной, природной среды обитания. Депрессия в начале 21 века выходит на второе место по присвоению статуса инвалидности после сердечно-сосудистых заболеваний. Поэтому деятельность по психопрофилактике депрессивных состояний является одной из основных в работе психолога центра.

Для меня, как для практикующего психолога, работа в центре интересна тем, что есть возможность использовать все существующие **традиционные виды деятельности** практикующего психолога, а именно:

1. Просветительская деятельность или психопрофилактика. Как и в медицине, профилактика – это работа на опережение возникновения проблемы, т.е. деятельность по предотвращению негативных состояний, например, тревожности, депрессии, агрессии, др.. Известно, что предотвратить ситуацию лучше, чем поправлять ее последствия. Работа сводится к групповым занятиям, которые могут проходить в виде лекций, бесед с элементами тренингов и требует, во-первых, хороших теоретических знаний от практикующего психолога, во-вторых, умений и навыков преподавательской деятельности. Ее цель - простым, доступным языком донести до слушателей сложные закономерности человеческой психики. Примером может послужить психопрофилактика депрессии, как одного из важнейших патогенных состояний ГПВИИ нашего времени.
2. Психогигиена как продолжение психопрофилактики. Ее назначение - поддержать и закрепить на оптимальном уровне достигнутый в результате профилактики уровень выраженности личностных черт, состояний. Девизом данной деятельности является формула «повторение – мать учения».
3. Психодиагностика – установление психологического статуса отдельного человека или группы в целом. Это очень важный вид деятельности, поскольку именно он позволяет отслеживать динамику изменений у клиента или группы и является единственным объективным критерием успешности деятельности психолога.
4. Психокоррекция – коррекция установок, самооценки, мировоззрения. Это работа с когнитивным планом психики, деятельность по изменению когнитивных ошибок,

искажений, заблуждений. Она требует знания когнитивных теорий личности и конкретных упражнений и техник из этих теорий.

5. Психотерапия - длительный процесс взаимодействия с клиентом. Чаще всего это работа с бессознательным планом психики клиента.
6. Индивидуальное краткосрочное консультирование по запросу клиента.
7. Самопознание, повышение квалификации как условие профессионального роста психолога, соответствие его уровня уровню последних достижений научной психологии.

Любая деятельность проводится при строгом соблюдении всех этических норм деятельности психолога.

Свою глобальную цель я вижу в том, чтобы, используя все свои профессиональные знания, умения, навыки, с заботой о психологическом благополучии ГПВИИ, оказывать им внимание и моральную поддержку по их потребности.

Последний период жизни человека интересовал многих ученых психологов. Э. Эриксон считал, что поздняя зрелость – период «интеграции» личности. А. Маслоу говорил о том, что заключительный период жизни должен сопровождаться «самоактуализацией вершинного личностного потенциала» человека. К.Г.Юнг называл сложные процессы поздних переживаний «индивидуацией». Отечественный психолог В.А.Ананьев рассматривал этот возрастной период как завершение исполнения социальных ролей и переход к ощущению собственной уникальной индивидуальности и мудрости. Православная психотерапия тоже рассматривает интеграцию всех сторон личности воедино, вплоть до ощущения Бога в себе. **В свете этих идей, свою задачу как профессионального психолога я вижу в том, чтобы содействовать максимальному раскрытию уникального личностного потенциала ГПВИИ, с целью интеграции личности каждого из них в неповторимую индивидуальность, а также способствовать осознанию собственной самооценки и ощущения удовлетворения от пройденного жизненного пути, несмотря на те ошибки, которые неизбежно имели место в жизни каждого из них.**

Чтобы сделать работу успешной и эффективной, в рамках системного подхода, я использую разные модели взаимодействия с ГПВИИ. Летом 2008 г. были предложены, опробованы и введены как постоянные **4 новых вида занятий**: арттерапия, работа в малых группах, компьютерная диагностика, библиотерапия.

С июня 2008 г. на базе ГУ «ОЦСОГПВИИ» введен новый вид занятия с гостями центра – занятия **арттерапией**.

Арттерапия – способ реабилитации лиц средствами искусства и художественной деятельности.

Это способ терапии основан на способности человека к образному восприятию объективной реальности в отражении ее в символических образах.

Терапевтический, оздоравливающий эффект основан на нескольких основных функциях:

1. Компенсирующая функция арттерапии: имеет место компенсация неразрешимых внутренних конфликтов.
2. Развивающая функция арттерапии: имеет место развитие навыков, уже имеющихся, но ранее мало востребованных.
3. Обучающая функция арттерапии: имеет место формирование новых навыков, которыми раньше клиент не владел.

Арттерапия использует как инструмент различные виды искусства: рисование, лепку, конструирование, написание стихов, музыки и др.

В настоящее время используется два вида искусства: музыка и рисование. Занятие проходит в несколько этапов:

1. Психолог дает инструкцию на расслабление.

2. Клиентам предлагается послушать фрагмент классической музыки в течение 3-5 минут. Используется классическая музыка отечественных и зарубежных композиторов.

3. Клиентам предлагается нарисовать рисунок по мотивам того образа, который возник во время прослушивания отрывка музыкального произведения. Для этого предоставляются разные средства рисования: карандаши простые и цветные, краски и кисточки, мелки. Листы бумаги ф.А3 или А4.

Дается инструкция: «Попробуйте нарисовать на бумаге любой рисунок по мотивам того образа, который у Вас возник или любой рисунок, который соответствует Вашему нынешнему состоянию. Все что Вы нарисуете, будет хорошо, и мы с этим будем работать».

4. Психолог проводит групповую диагностику в общем виде. В форме предположений обсуждаются следующие личностные особенности участников – авторов рисунков:

- самооценка,
- фиксация на прошлом, настоящем, будущем,
- уровень тревожности,
- тенденции к депрессивному состоянию,
- степень выраженности агрессивности,
- яркость и гибкость эмоциональной сферы,
- коммуникативные способности,
- интравертированность/экстравертированность,
- другое.

5. Психолог предлагает продолжить работу индивидуально и провести более глубокую диагностику по конкретному рисунку с рекомендациями к психотерапии или психокоррекции.

Занятие проводится в методическом кабинете с группами отдыхающих по 10-12 человек (по числу мест, удобных для рисования). Время занятия – 45-50 минут. Во время рисования как фон тихо звучит музыка. Оздоровляющий эффект достигается за счет состояния расслабления, прослушивания классической музыки, а также регрессии (психологического погружения в более ранний возраст) во время процесса рисования.

В заключении дается познавательная информация о музыке и ее авторе.

В июле 2008.г. на базе ГУ «ОКЦСОН» был успешно опробован еще один способ взаимодействия с отдыхающими - **«Работа в малых группах»**.

Этот вид деятельности возник как ответ на потребность отдыхающих в психологических знаниях на разные, не всех интересующие темы. Группы формируются по потребностям в результате беседы. Выяснилось, что есть темы, важные для небольшой группы заинтересованных людей (5-12 чел.). Интерес к какой-то конкретной теме может быть вызван разными причинами, например, некоторыми личностными особенностями, актуальной ситуацией, жизненным опытом, мировоззрением, просто любопытством. В течение июля были проведены 3 занятия в малых группах с отдыхающими в рамках проекта «Ветеранская семья». Количество отдыхающих в группах – 7, 5, 12 человек соответственно. В качестве тем для обсуждения были заявлены следующие темы:

- повышенная сентиментальность, чувствительность и слезливость,
- православная психотерапия, понятие греха с точки зрения научной психологии,
- танатология – психология смерти и умирания.

Как видно, некоторые темы, заявленные на обсуждения в малых группах, оказываются более серьезными и глубокими по смысловой нагрузке, чем обсуждаемые на плановых занятиях по психопрофилактике.

При проведении используется вспомогательный материал - ПК презентации, стимульный, наглядный материал, др. Продолжительность – 30-45 минут.

Каждая из заданных тем вызывала активное обсуждение со стороны слушателей. По результатам проведения занятий получена положительная обратная связь.

Очень важно приблизить условия обслуживания ГПВИИ к последним достижениям психологической науки, найти прикладное использование технических достижений психологической науки.

Незаменимым помощником в деятельности практикующего психолога в системе соц. защиты является программа **компьютерной диагностики «Psychometric Expert»**, недавно созданная ярославскими специалистами. Эта программа открывает широкий спектр возможностей, которых в таком объеме не имеет ни одна из известных диагностических программ и находится в постоянном динамическом обновлении в соответствии с новыми техническими возможностями и современным состоянием психологической науки. Гармоничное объединение инструментария для диагностики и исследовательской деятельности делает ее идеальным средством работы психолога в условиях центра. Программа содержит 430 надежных, валидных тестов для диагностирования разнообразных качеств и свойств личности с научной интерпретацией, которая предлагается сразу по факту выполнения тестового задания. Она создана для использования профессиональными психологами в качестве инструмента проведения диагностики разнообразных сторон личности таких, как эмоционально-волевая сфера, самооценка, направленность личности, коммуникативные способности, клинические проявления психики и многие другие аспекты психики.

Данная компьютерная программа позволила повысить качество обслуживания клиентов, ускорить выявление индивидуальных особенностей человека, оптимизировать взаимодействие с клиентами, вести учет и исследование собранных данных, и, таким образом, поднять работу психолога на качественно другой уровень и максимально увеличить эффективность деятельности психолога в целом.

Благодаря возможностям данной программы осуществляется переход новых информационных технологий в сферу обязательных и необходимых средств организации деятельности психологической службы центра соц. защиты.

Время диагностики зависит от запроса клиента и от содержания конкретного теста – от 30 минут до 2,5 часов. В среднем время обследования – 1 час. Перед началом тестирования проводится психологическая беседа о мотивах и целях диагностики. Время беседы 10-15 минут.

Тестирование происходит в кабинете психолога с соблюдением всех этических норм: добровольности, конфиденциальности и др. При информировании клиента учитывается принцип благополучия клиента и сохранения профессиональной тайны.

В течение июля 2008 г. с просьбой составить психологический портрет личности к психологу обратились 28 человек отдыхающих, не считая сотрудников.

Сам процесс тестирования оказывается терапевтический, морально-позитивный эффект.

Библиотерапия – терапия литературой - оказывает целительное действие за счет осмысления народной мудрости сказок, философской подоплеке притч. Одно занятие было посвящено обсуждению авторских сказок «Сказка о добре и зле», «Сказка о двух бобрах» с разрешения автора. Автор - одна из отдыхающих в летних группах 2008 г. В.А.Вдовина – любезно предоставила результаты своего творчества для терапевтической работы психолога в ГУ «ОКЦСОН».

Сочетание традиционных методов работы с нововведениями вызывает интерес со стороны ГПВИИ к деятельности психолога, увеличивает степень доверия и к психологу и к самой деятельности и является залогом успешности системного подхода.

Кандидат
философских наук

В.А.Шатохина