

ӨМІРЛІК ҚИЫН ЖАҒДАЙДАҒЫ ОТБАСЫЛАРҒА КӨМЕК

Психологтарға арналған ӘДІСТЕМЕЛІК ҚҰРАЛ



Нұр-Сұлтан, 2021

Құрастырғандар :

Алшынова Ләззат Елубайқызы – «Замандас 21» қоғамдық қорының президенті

Семененко Наталья Николаевна – жоғары санатты психолог, ҚР-дағы отбасылық саясат тұжырымдамасын өзектілендіру жөніндегі жұмыс тобының мүшесі

Полякова Варвара Викторовна – психолог, «Өмірлік қиын жағдайдағы балалы отбасыларды қолдау бойынша кешенді шараларды жасау және оларды жүзеге асыру» жобасының координаторы

МАЗМҰНЫ

Кіріспе	4
1-бөлім. Өмірлік қиын жағдайдағы (бұдан ары - ӨҚЖ) отбасылардың психологиялық типологиялары.	5
2-бөлім. ӨҚЖ отбасылармен жұмыс істеудің ерекшеліктері.....	10
3-бөлім. ӨҚЖ отбасылармен жұмыс істейтін қызметкерлердің эмоционалдық сарқылуының алдын алу.	15
Қорытынды	19

КІРІСПЕ

Отбасы қоғам құрылымындағы негізгі институт ретінде, мемлекеттік ауқымдағы түрлі дәрежелі реформаторлық өзгерістерге аса сезімтал келеді. Себебі, олардың нәтижелері отбасының деңгейіне, тұрақтылығына және тәрбиелеу қабілеттілігіне тікелей әсер етеді.

Қазіргі уақытта қатер тобындағы отбасыларды әлеуметтік қолдаудың екі үлгісі бар. Бірінші модель отбасы душар болған проблеманы шешу үшін өзіндік күшін, жеке бастамаларын қолдану, ресурсты іздеп табу мүмкіндігіне бағытталады. Мемлекеттің көмегі бұл жерде өзіндік ресурсты қолдау ретінде қарастырылады.

Екінші модель мемлекеттік және қоғамдық құрылымдардың отбасыға айтарлықтай әсерін қарастырады. Бұндай үлгіде мемлекет пен қоғамдық ұйымдар бастапқыда отбасының жеке ресурстарын көтеруге, отбасы жағдайының жақсаруына ықпал етуге тырысады, тек содан кейін ғана отбасы өз бетінше проблемаларын шеше алады. Осындай мақсатта отбасылар қажетті көмек ала алатын әлеуметтік орталықтар, клубтар, мекемелер жүйесі арта түседі. Осындай отбасылардың және олардың жеке мүшелерінің отбасындағы орнын бекіте түсетіндей қолдау көрсету көзделеді. Бұл модель көздеген басты мақсат – отбасының тәрбелеуші құдыретін қайта қалпына келтіру, себебі бір де бір мемлекеттік мекеме ешқашан да балаға өз ата-анасының орнын баса алмайды. Сондықтан да, барлық күш-жігерді отбасын әлеуметтік, психологиялық, педагогикалық және тағы да басқа бағыттарда қайта тәрбиелеуге жұмылдыру керек.

Өмірлік қиын жағдайдағы балалы отбасыларды қолдау бойынша кешенді шараларды жасау және оларды жүзеге асыру» жобасының барлық белсенді қатысушыларына алғыс білдіреміз.

«Азаматтық бастамаларды қолдау орталығы» коммерциялық емес акционерлік қоғамына, заманауи қазақстандық қоғамның әлеуметтік-маңызды мәселелерін шешуге ат салысу мүмкіндігі үшін, Басқарма төрайымы Лима Диас тұлғасында алғыс білдіреміз.

***Құрметпен, Алшынова Ләззат Елубайқызы,
«Замандас 21» қоғамдық қорының президенті.***

1-БӨЛІМ.

ӨМІРЛІК ҚИЫН ЖАҒДАЙДАҒЫ (БҰДАН АРЫ - ӨҚЖ) ОТБАСЫЛАРДЫҢ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ТИПОЛОГИЯЛАРЫ.

Қиындықтарға кездескен отбасы, әлеуметтік қатер тобына жататын отбасы боп саналады. Бұндай топқа көбіне балалар мен жасөспірімдердің әлеуметтік қатерін арттыратын көптеген факторлар арқылы ауыртпалық арқалап отырған отбасылар жататынын тәжірибе көрсетіп отыр.

Мамандар пікірінше, ӨҚЖ отбасылардың көбею себебі әр алуан. Келесі себептерді атап өтеміз:

1. Экономикалық себептер: көптеген отбасыларда бір ғана жұмыс істейтін отбасы мүшесіне арқа сүйеп отырғандардың шектен тыс салмақ салуы себепті, күнкөріс деңгейі кедейлік шегінен төмен. Көпбалалы отбасылар; құрамында мүгедектері-бала немесе үлкен адам бар отбасылар; жалақы деңгейі төмен отбасылар; жұмыссыздар отбасы.

2. Бейәлеуметтік себептер: отбасының немесе оның бір мүшесінің алкоголизмі немесе нашақорлығы, заңға қайшы әрекеттері, жезөкшелік, сонымен бірге надандық. Нәтижесінде, осындай отбасыдан шыққан балалар, басқаларға қарағанда қылмыстық топтарға жиі қосылады.

3. Психологиялық себептер: қатыгездік, агрссия, дөрекілік, даушылдық, қызғаныш, ерлі-зайыптылардың көзге шөп салуы, өзімшілдік, сараңдық, қызба мінез.

4. Медициналық себептер: созылмалы жұқпалы және венерологиялық аурулар, психикалық және сексуалдық ауытқулар, импотенция.

5. Толық емес отбасылар: ата-аналардың өз міндеттерін дұрыс орындамауы нәтижесінде бетімен кеткен, панасыз, қашқын балалар топтары құрылады.

А.И. Антонов пен В.М. Медков өздерінің «Социология семьи» кітабында отбасының келесі түрлерін көрсетеді:

► **Ерлі-зайыптылардың одағына байланысты:**

1. Моногамды (бір әйел мен бір еркектің некесі);
2. Полигамды (бір еркектің бірнеше әйелмен неке құруы немесе керісінше);

► **Билік өлшемін бойынша:**

1. Патриархалды отбасы (үйдің басшысы – әке);
2. Матриархалды (әкесіне қарағанда, анасы үлкен беделге ие);
3. Эгалитарлы отбасылар (ата-аналар арасындағы биліктің жағдайларға байланысты бөлінуі, рөлдердің өзара алмасуы арқылы ерлі-зайыптылардың бірдей ықпал етуі);

► **Әлеуметтік-демографиялық жағдайға байланысты:**

1. Гомогамды (ерлі-зайыптылардың бір ұлттан болуы, білім деңгейінің бірдейлігі, жас шамасында көп айырмашылықтың болмауы және тағы сол сияқты);
2. Гетерогамды (ерлі-зайыптылардың әлеуметтік-демократиялық жағдайы әртүрлі);

► **Әулеттегі буын бойынша:**

1. Нуклеар – әлі неке құрмаған балалары бар бір некелі жұптан тұратын, яғни екі буынды отбасылар. Заманауи қоғамда бұндай отбасылар жиі кездеседі. Бұл атау латын тілінен аударғанда, «ядро» мағынасын білдіретін «нуклон» сөзінен пайда болған. Кеңейтілген отбасындағыдай, бұл отбасыларда да түрлі мәдени бөлшектердің сырттан ықпал етуіне тосқауыл болатын өзіндік субмәдениеті құрылады.
2. Кеңейтілген (ата-аналарды біріктіретін үш немесе одан да көп ұрпақтары бар отбасы, олардың әлдеқашан кәметке толған балалары немерелері бар)
 - Некеге байланысты бірінші немесе екінші, қайталанатын отбасылар ажыратылады. Мұндай отбасында осы некеден шыққан балалар, сондай-ақ бірінші некеден шыққан балалар болуы мүмкін. Қазіргі уақытта ажырасулар санының тоқтаусыз өсуіне байланысты мұндай отбасылар саны артып келеді. Бұрын олар ерлі-зайыптылардың бірі қайтыс болған жағдайда ғана пайда болатын еді.



► **Отбасындағы ата-аналардың санына байланысты:**

1. Толық емес (екінші отбасылар сияқты балалары бір ата-ананың қолында тәрбиеленетін отбасы, көбінесе ажырасу нәтижесінде, сирек ерлі-зайыптылардың біреуінің қайтыс болуы нәтижесінде құрылатын отбасы);
2. Толық

► **Бала саны бойынша:**

1. Балалары аз (1 – 2 баласы бар);
2. Орташа (3 – 4 баласы бар);
3. Көпбалалы (4-тен артық баласы бар);

► **Қаржылық жағдайы бойынша:**

1. Ауқатты
2. Табысы төмен (табыс деңгейі тұтынушылық минимумнан аспайтын отбасылар).

Сонымен бірге отбасылар беркелі отбасы және тұрмысы нашар отбасы болуы мүмкін, емьі также могут быть благополучные и неблагополучные, яғни, әлеуметтік ортадағы жағымсыз факторлардың әсерінен өз функцияларын орындай алмайды.

Отбасы қоғам құрылымындағы іргелі институт ретінде ұлттық ауқымдағы реформаторлық өзгерістердің барлық түрлеріне ерекше сезімтал, өйткені олардың нәтижелері оның өмір сүру деңгейінде, тұрақтылығында және тәрбиелік әлеуетінде тікелей көрініс табады.

ӨҚЖ-дағы отбасында - бұл құрылым бұзылған, отбасының негізгі функциялары құнсызданған немесе еленбейтін, нәтижесінде отбасында психологиялық климат бұзылады.

Зерттеушілер ӨҚЖ-дағы отбасында келесідей психологиялық қиындықтары болуы мүмкін екенін атап өтті

- ата-ананың балаға көңіл бөлмеуі,
- үлкен балалардың әлеуметтік жасынан асуы;
- психологиялық климатқа байланысты қиындықтар
- өмір сүру деңгейі төмен.

ӨҚЖ-дағы отбасыларда қатердің екі түрі бар. Қатердің бірінші түрі олардың қоғамға қауіптілігімен олардың құндылықтарымен, нормаларымен, ережелерімен, балаларды тәрбиелеудің ерекше бағытымен, көбінесе қоғамға жат болуымен байланысты. Қатердің екінші түрі отбасы мүшелерінің, әсіресе балалар мен жасөспірімдердің әлеуметтенуінің қиындықтарымен байланысты, отбасында баланың қалыпты психикалық және физикалық дамуы үшін жағдай жоқ, мінез-құлықтың әртүрлі ауытқулары пайда болады. Дегенмен, бұлай бөлу өте шартты деуге болады. Отбасымен байланысты барлық әлеуметтік мәселелер отбасы ішлік проблемаларды күшейтеді, ал ересек мүшелердің деструктивті әсері балалардың әлеуметтік бейімсіздік, әлеуметтік жетімдік, масылдыққа бейімділік, асоциалды, аутодеструктивті және заңсыз мінез-құлықтың дамуы сияқты әлеуметтік дамудың қаупіне әкеледі.

Мысалы:

- Баланың ұрлық жасауы. Көбінесе ата-аналар баласының ақша ұрлағаны немесе бөтеннің мүлкін иемденіп кеткені үшін ыңғайсызданып, ұялады және әдетте қатаң шаралар қолданады: жазалау, ұятқа қалдыру және «үйде қамау». Бірақ айыптау мен жазалау көбінесе жағдайды нашарлатады, өйткені олар ұрлыққа әкелген себептерді жою үшін емес, болып қойған нәрсе үшін жұмыс істейді. Бала ұрлығының бірнеше негізгі себептері бар. Ар-ұяттың ішкі дауысына құлақ аспайтындай, өзіңізге ұнайтын нәрсені иеленуге деген күшті ұмтылыс. Күрделі психологиялық және эмоционалдық қанағаттанбау, мұнда ұрлық – баланың травматикалық өмірлік жағдайларға, ата-ананың оған деген эмоционалдық салқындығына қарсы реакциясы болып табылады. Бала өзін жақсы көрмейтінін сезінеді, жақын адамдарының қолдауын және эмоционалды қабылдауын сезінбейді немесе балалық шағында ата-анасының ажырасуын бастан өткерген және қазіргі кезде олардың арасындағы жаттықты, тіпті жаулықты көреді. Баланың адамгершілік идеялары мен ерік-жігері жеткілікті дамымаған. Ол үшін ұрлық - бұл өзін-өзі растау тәсілі: ол өзіне назар аударғысы келеді, әртүрлі тәттілермен біреудің ықыласына ие болғысы келеді, ол махаббат пен достықты «сатып алады». Балалар үшін бұл қалаған нәрсені алудың жалғыз жолы болғандықтан, жиі ұрлайтынын ересектер түсінуі керек
- Шеттетілген балалар. Кез келген ұжымда, балалар немесе жасөспірімдер үшін танымал балалар бар, ал танымал емес балалар да бар, олар еленбейді немесе оларға жай шыдамдылық танытады, бірақ қабылданбайды. Кейде

ешқандай себепсіз, кез келген нәрсе процесті бастауы мүмкін. Бірақ, ең алдымен, бұл «басқалар сияқты емес» адамдар. Бұл: отбасында шамадан тыс өбектелген; өздері үшін тұра алмайтындар; сыртқа көрінетін кемістігі бар; тым агрессивті; тым ұқыпсыз немесе керісінше; тым нашар оқытындар, сабақтан жиі қалатындар немесе мұғалімдердің сүйіктілері; көп сөйлейтіндер немесе сөйлесуді білмейтіндер; сондай-ақ шағымшы балалар болуы мүмкін.

- Шеттетілген балалардың мәселелерін ең алдымен мұғалімдер шешуі керек, оларға ата-аналар мен психологтар көмектесуі керек.
- Үйден кету жасөспірімнің эмоционалдық тұрақсыздығы туралы сигнал болып табылады. Үйден кетудің себептері мыналар болуы мүмкін: не жанжалға, дисфункционалды қарым-қатынастар наразылық; немесе еркіндігінің шектелуі, бақылау және шектен тыс қорғау, тәуелсіздік қажеттілігінің қанағаттандырылмауы; немесе қатарлары алдында жағдайының нашарлауы, ұжымнан алшақтау, немқұрайлылық пен оқшаулану.

Осы мәселені теориялық зерттеу негізінде ӨҚЖ-дағы отбасы балаларының әлеуметтік даму қатерлерінің классификациясы жасалды.

В.Е. Летунова балалардың дамуындағы қатердің келесі топтарын айқындайды:

- **медико-биологиялық** (денсаулық тобы, тұқым қуалаушылық себептері, туа біткен қасиеттері, психикалық және физикалық дамуындағы бұзылулар, баланың туу жағдайлары, ананың аурулары және оның өмір салты, жатырылушылық жарақаттар және т.б.);
- **әлеуметтік-экономикалық** (аз қамтылған отбасылар, оның ішінде көп балалы және толық емес отбасылар, кәмелетке толмаған ата-аналар, жұмыссыз отбасылар, азғын өмір салтын ұстанатын отбасылар; қоғамда өмір сүре алмау: қашу, қаңғыбастық, бос жүру, ұрлық, алаяқтық, төбелес, кісі өлтіру, өзін-өзі өлтіруге әрекет жасау, агрессивті мінез-құлық, алкогольді, есірткіні қолдану және т.б.);
- **психологиялық** (әлеуметтік ортадан алшақтау, өзін-өзі қабылдамау, невротикалық реакциялар, басқалармен қарым-қатынастың бұзылуы, эмоционалдық тұрақсыздық, іс-әрекеттегі сәтсіздік, әлеуметтік бейімделудегі сәтсіздік, қарым-қатынастағы, қатарларымен және ересектермен қарым-қатынастағы қиындықтар және т.б.);
- **педагогикалық** (білім беру мекемесінің бағдарламаларының мазмұны мен балалардың жағдайы олардың психофизиологиялық ерекшеліктеріне, балалардың психикалық даму қарқынына және оқу қарқынына сәкес келмеуі, төмен бағалардың басым болуы, іс-әрекетке сенімсіздік, оқуға деген қызығушылықтың болмауы, жағымды тәжірибеге құлықсыздығы, оқушы бейнесіне сәйкес келмеуі және т.б.).

ӨҚЖ-дағы отбасылардан шыққан балаларда әлеуметтік даму қаупі оқу іс-әрекетінде айқын көрінеді. Ең әдеттегілері:

- мектеп бағдарламасының пәндерін оқудағы сәтсіздік, оқу деңгейінің төмендігі;
- жеке тұлғаның жеке психикалық сапаларының дамуындағы теңгерімсіздік;

- жеке мәдениеттің дамуының төмен деңгейі;
- танымдық қызығушылықтары дамуының төмен деңгейі;
- білім беру мотивациясының қалыптаспауы;
- оқуға дайын болмауы.

Дисфункционалды және асоциалды аз қамтылған отбасы балалары, әдетте:

- әлеуметтік бейімделмеген;
- сенімсіз;
- шамадан тыс ренжігіштік;
- мінез-құлқында негативизм мен қыңырлық жиі байқалады;
- мұндай балалардың зейіні нашар, шаршағыш.

Олар сәтсіздіктерге әсершіл, өздеріне сенімді емес, тұрақсыз көңіл-күйге ие. Олар өзін-өзі бағалаудың төмендігін көрсетеді, олардың өз маңыздылығы туралы түсініктері жеткіліксіз.

Отбасына қатысты барлық әлеуметтік мәселелер отбасы ішілік мәселелерді шиеленістіреді, ал ересек мүшелерінің әлеуметтік мінез-құлқы кәмететке толмағандар арасындағы құқық бұзушылыққа, ерте ана болуға, балалар мен жасөспірімдердің нашақорлығына, алкоголизмге әкеледі.

Халықаралық тәжірибеде «балалардың кедейлігі мен әл-ауқаты» тек қаражаттың болуы тұрғысынан ғана емес, сонымен бірге материалдық, әлеуметтік, физикалық және психикалық әл-ауқаттылықты, сондай-ақ әр баланың әлеуетін олардың өмірлік маңыздылығын жүзеге асыру мүмкіндіктерін қамтитын көп қырлы ұғым ретінде қарастырылады.

2-БӨЛІМ.

ӨҚЖ ОТБАСЫЛАРМЕН ЖҰМЫС ІСТЕУДІҢ ЕРЕКШЕЛІКТЕРІ.

Балалар мен жасөспірімдердің әлеуметтік қатерлерінің алдын алу және әлеуметтік-психологиялық көмек бойынша Нұр-сұлтан қаласындағы балалармен және жасөспірімдермен тұрғылықты жері бойынша жұмысты ұйымдастыру арқылы «Замандас 21» Қоғамдық Қоры үлкен жұмыс тәжірибесін жинақтады. Аталған қоғамдық бірлестіктің мақсатты тобы көп балалы және аз қамтылған отбасылар болып табылады. Алғашқы үш жылда жоба аула клубы аясында жүзеге асырылды, кейіннен ол «Замандас» отбасын дамыту орталығы болып қайта құрылды.



Бұл жобаның мақсаты –жан-жақты тұлғаның ары қарай дамуы үшін дені сау орта қалыптастыру. Ол үшін келесілер қажет:

- балалар мен жасөспірімдердің табысты әлеуметтенуі үшін жағдай жасау;
- балалар мен жасөспірімдердің қабілеттерін және шығармашылық әлеуетін, көшбасшылық қасиеттерін, әлеуметтік белсенділігін дамыту;
- өз денсаулығына жауапкершілікпен қарау дағдыларын дамыту;
- бос уақытты ұйымдастыру.

Осы мақсаттарға қол жеткізу үшін аула клубтарында мыналар ашылды:

- үйірмелер (шахмат, вокал, хореографиялық, шығармашылық), секциялар (каратэ, кун-фу), Шешендік шеберлік және қазақ, ағылшын тілдері курстары;
- ата-аналарға арналған «Бақытты отбасы» отбасылық клубы; «Жас көшбасшы»

клубы

- даму ерекшеліктері бар балаларға арналған арнайы топ.

Мақсаттарға сүйене отырып, аула клубының моделі әлеуметтік қызметкерлердің, мұғалімдердің, психологтардың, ата-аналардың өзара әрекеттесуіне сүйенеді, өйткені баланың жеке басының дамуына әсер ететін орта құру жас ұрпақты тәрбиелеудегі маңызды компонент болып табылады.

Сабақтар қосымша білім берудің білім беру бағдарламасына сәйкес топтар бойынша, жеке немесе бірлестіктің барлық құрамымен жүргізіледі. Әр топта балалар саны 10 - нан 15-ке дейін.

Орталық базасында балалардың ата-аналарымен бірлескен сабақтар өткізіледі. Тәрбиеленушілердің аналары мен әкелері балаларына клубқа орналастыруға ғана емес, сондай-ақ балалар мен олардың ата-аналарына арналған клуб қызметкерлері ұйымдастырған іс-шараларға да жиі қатысады (мысалы, күркүйек айында Астаналық саябақта Отбасы күніне арналған бұқаралық мереке өтеді).

Аула клубы жұмысының негізгі мазмұны әртүрлі бағыттар бойынша үйірме жұмыстарын жүргізу; балалар мен жасөспірімдер арасында салауатты өмір салтын белсенді насихаттау; ата-аналарға арналған «Бақытты отбасы» клубының қызметін ұйымдастыру; барлық отбасы мүшелерінің қатысуымен бірлескен мәдени-бұқаралық іс-шараларды ұйымдастыру және өткізу болып табылады. Клубтағы жұмыс психологиялық диагностиканың нәтижелері бойынша анықталатын жас және жеке ерекшеліктерді ескере отырып құрылады.



Аула клубында ересектер мен балалар арасында тығыз байланыс орнатылады, сондықтан олардың өзара түсінушілігі, бірлескен іс-әрекетті дамыту, ересектер мен ата-аналардың бала тәрбиесіне қатысуын жандандыру үшін қолайлы жағдайлар жасалады.

Аула клубтарын дамытудың жетекші бағыттарын іске асыру 4 қағида негізінде жүзеге асырылады:

- **Еріктілік** - бенефициарлар орталыққа өз еркімен барады және өз мүдделері бойынша үйірмелерді таңдайды;
- **Қолжетімділік** - қызметтердің негізгі бөлігі, немесе барлық қызметтер ақысыз негізде жүргізіледі;
- **Ізгі ниеттілік** - жобаның барлық қатысушылары (балалар, жасөспірімдер, ата-аналар, орталық мамандары) үшін денсаулық сақтау ортасына жағдайлар жасалған);

- **Сенім** - Денсаулық сақтау ортасының құрылған моделі жоба қатысушылары арасында сенімді ынтымақтастық қарым-қатынас жасайды, жасөспірімге «нәтижелі жағдаяттар» мен қарым-қатынасты дамытудың ыңғайлы эмоционалды ортасын қамтамасыз етеді.

Балалар мен жасөспірімдер үйірмелерді өз қызығушылығы бойынша таңдай алады, сонымен бірге үш немесе одан да көп үйірмелерге шектеусіз қатыса алады. Аула клубындағы қызметтер тегін көрсетіледі, бұл көп балалы және аз қамтылған ата-аналар тарапынан жоғары бағаланды, олар ақылы үйірмені төрт-бес баланың ішінен тек бір балаға ғана қамтамасыз ете алатынын атап өтті. Аула клубында бір отбасының жеті жастан асқан барлық балалары бірнеше үйірмелерге қатыса алады, бұл барлық



балалар үшін сәттілік жағдайын жасауға мүмкіндік береді. Аула клубы Отбасы күніне, наурызға, Халықаралық әйелдер күніне арналған Отбасылық мерекелер өтетін бос уақыт алаңы болып табылады. Мерекелік қойылымдар кезінде балалар клубтағы сабақтар арқылы қол жеткізген жетістіктерін көрсетуге мүмкіндік алады.

Тиімді тәрбие беруге мүдделі барлық ата-аналарды біріктіретін «Бақытты отбасы» клубының жұмысы ерекше назар аударуға тұрарлық. Отырыстар әр аула клубында айына 2 рет өткізіледі. Клубтың құрамы

өзгермелі, өйткені мақсатты топтың ерекшелігі әсер етеді (аналар балалардың ауруына байланысты кездесулерге тұрақсыз қатысады, ал олардың отбасында 4-5 бала бар, қосымша жұмыс уақытына байланысты, әсіресе балаларды жалғыз тәрбиелеп отырған әйелдер).

Жұмыс жоспары қатысушылардың тілектерін ескере отырып жасалады. Ең өзекті тақырыптар:

- Балаға сабағын оқуына қалай көмектесуге болады (ол үшін сабақ оқымай), сабақ және мектептегі үлгерім.
- Менің балам ештеңе қаламайды (мотивация тәсілдері).
- Балалар өтірік айтқан кезде.
- Дербестік және жауапкершілік.
- Біз сендіре білеміз бе?
- Балалар мен жасөспірімдерді адамгершілік-жыныстық тәрбиелеу.
- Бала дамуының жас кезеңдері.
- Жасөспірімдермен тиімді қарым-қатынас;
- Жасөспірімдік кезеңнің қауіптері;
- Гаджеттерге тәуелділік (аутодеструктивті мінез-құлқы).

Сондай-ақ, сабақтарда психологтар қатысушылардың тұлғалық дамуына назар аударады.

Жобаны іске асыру барысында ата-аналар серіктес ретінде қарастырылады, бұл балалар мен ата-аналар мен отбасылық қатынастарды нығайтуға көмектеседі.

ӨҚЖ отбасыларынан шыққан балалардың дамуының әлеуметтік қатерлерін төмендету бойынша әлеуметтік жұмыстың әзірленген моделі балалармен, жасөспірімдермен және олардың ата-аналарымен психологтың жеке және топтық жұмысын қамтиды. 6 жастан 12 жасқа дейінгі балаларға арналған «Жас көшбасшы» клубы, 13 жастан 16 жасқа дейінгі жасөспірімдерге арналған қарым-қатынас клубы, 15 жастан 21 жасқа дейінгі балаларға арналған Коворкинг орталығы, ата-аналарға арналған «Бақытты отбасы» клубы жұмыс істейді. Бұл бағдарламалар бір жылға созылатын жұмысқа дайындалады.

«Жас көшбасшы» клубы сабақтарының тақырыптары шамамен төмендегідей:

1. Кел, танысайық! Өзін-өзі таныстыру дағдылары.
2. Көшбасшылық ұғымы. Көшбасшы қандай қасиеттерге ие болуы керек.
3. Стресс пен шиеленісті қалай жеңілдетуге болады.
4. Біз топтарда жұмыс істей аламыз ба?
5. Мақсатқа талпынушылық және арманшылдық.
6. Мен болашағымды қалай елестетемін.

Жасөспірімдерге арналған қарым-қатынас клубы сабақтарының тақырыптары шамамен төмендегідей:

1. Команда құру тренингі;
 2. Қарым-қатынас тренингі;
 3. Мен деген-қызық;
 4. Сенімділік тренингі;
 5. Көшбасшылық тренингі;
 6. Репродуктивті денсаулық туралы не білемін;
 7. Өмір бір: суицид туралы сөйлесейік;
 8. Интернетте танысу: қолдау және қарсы болу.
- Сабақтар тренинг элементтерімен ойын түрінде өткізіледі.

Бағдарламаның жалпы мақсаты: баланың салауатты әлеуметтік тәжірибе алуына бағытталған қосымша білім беру мекемелері жұмысының тиімділігін арттыру және соның салдарынан әлеуметтік даму қатерлерінің, оның ішінде аутодеструктивті, қоғамға қарсы және заңға қарсы әрекеттердің тәуекелдерінің алдын алу және/немесе төмендетуі.

Бағдарламалардың міндеттері балалардың тиімді әлеуметтену дағдыларын дамыту, олардың өзін-өзі бағалауын арттыру, мазасыздық пен агрессия деңгейін төмендету болып табылады. Балалардың дамуының әлеуметтік қатерлерінің алдын алу үшін тәрбие процесінің тиімді құралдарын және әсіресе аз қамтылған, жалғызбасты ата-ана, тұрмысы нашар және көп балалы отбасылардан шыққан балалар мен ата-аналардың өзара іс-қимыл жасау әдістерін әзірлеу және енгізу.



Балаларының аула клубтарына бару нәтижелеріне үнемі мониторинг жүргізіледі, бірақ аз қамтылған отбасылардың ерекшеліктерін ескере отырып, аналар арасында зерттеу жүргізілді.

Сонымен, психологтың ӨҚЖ-дағы отбасымен жұмысын 5 деңгейге бөлуге болады:

1. Бастапқы деңгей - танысу, отбасының күшті және әлсіз жақтарын анықтау үшін кездесу, қарым-қатынас құру.

2. Ақпараттық - психолог отбасына олардың проблемалары барын, оның салдары туралы және көмек алу мүмкіндігі барын хабарлайды.

3. Зерттеу - эмоционалды-тұлғалық саладағы және балалар мен ата-аналарының тұлғааралық қатынастарындағы проблемаларды анықтау мақсатында, отбасына зерттеу (тестілеу, сұхбат, бақылау) жүргізіледі. Бұл деңгей күрделірек, өйткені ол отбасы туралы ішкі ақпаратты қажет етеді, және мұнда ата-аналардың келісімі, маманның араласуына деген оң ынтасы қажет.

4. Ынтымақтастық - бұл маман мен отбасы мүшелерінің бір-біріне өзара көмек көрсетуге керек дегенді білдіреді. Бұл жағдайда маманның не істейтіні, ата - ананың, балалардың, отбасының «проблемалы» мүшелері қалай әрекет ететіні нақты айтылады және түсіндіріледі.

5. Отбасылық терапия - оны да ынтымақтастық деуге келеді, бірақ көмек көрсететін маман жұмыс процесін жүзеге асыру үшін үлкен жауапкершілікті өзіне алады. Бұл кезеңде психологтың қызметі барынша жоғары. Психолог проблеманың негізгі компоненттерін талдайды және диагноздың нәтижелері сабақтас мамандардың (әлеуметтік қызметкер, заңгер, әлеуметтік педагог) жұмысының негізі ретінде анықталады.

3-БӨЛІМ.

ӨҚЖ ОТБАСЫЛАРМЕН ЖҰМЫС ІСТЕЙТІН ҚЫЗМЕТКЕРЛЕРДІҢ ЭМОЦИОНАЛДЫҚ САРҚЫЛУЫНЫҢ АЛДЫН АЛУ.

Кәсіптің ықпал етуінің салдарынан адамда пайда болатын «психикалық күйіп кету» синдромы шетелдік психологияда кеңінен зерттелген және танымал мәселелердің бірі. «Психикалық күйіп кету» – бұл кәсіптік қызметтің салдарынан адамда пайда болатын ерекше психикалық проблемалар кешені. Бұл ұғым алғаш рет 1974 жылы Х.Дж. Фрейденберг жазбаларында кездеседі. Ол денсаулық орталықтарының бірінде психиатр ретінде қызметін атқарып жүргенде, эмоционалды қажыған, жұмысқа деген мотивациясы және өнімді еңбектену нәтижесі төмендеген, денсаулығы мен зияткерлік саласында өзгерістерді бастан кешіріп жүрген көптеген жұмысшыларды байқайды. Бұл қоғамдық ұйымдарда қызметінен шабыт алып, жан-тәнімен беріліп жұмыс істейтін, адамдарға көмек көрсететін мамандық иелері болатын. Бірнеше айдан кейін осындай күш жігермен қызмет атқарып жүргендердің бойынан қажу, күшінің сарқылуы, ашуланшақтық секілді белгілер байқалды және оны Х. Дж. Фрейденберг бастапқы «эмоционалды қажу» күйін «эмоционалды сарқылу» деп атады.



Кейінірек С. Condo «күйіп кетуді» «шамадан тыс жұмыс жүктемесі мен тұлғааралық қатынастардың жеткіліксіздігіне байланысты жұмыс орнына бейімделу жағдайы» деп анықтайды.

Әлеуметтік психолог Cr. Maslach, эмоционалды толқуды жеңуге көмектесетін адамдардың танымдық стратегияларын зерттей отырып, бұл стратегиялар жұмысшылардың кәсіби мінез-құлқына әсер ететініне назар аударды. Маман мен клиент арасындағы өзара қарым-қатынастан, яғни «көмек көрсететіндер мен оны қабылдайтындар арасындағы қатынастан» туындайтын эмоционалды ахуал кәсіби сарқылуудың негізгі себебі болып табылады.

В. Е. Орел, Cr . Maslach еңбектеріне талдау жасай отырып, ол мұндай қарым-қатынастың психологиялық қауіптілігін байқайды, өйткені мамандар, ең алдымен, теріс эмоционалды зарядты алып жүретін адамдардың мәселелерімен айналыса отырып, иықтарына ауыр жүк артады. Бұл жағдайды қызметкер ұзақ әсер ететін стресс ретінде сезініп, өзіне және басқаларға деген көзқарастың өзгеруінде көрініс табады. Қызметкер эмоционалды сарқылу сезімін сезінеді, клиенттерге деген тасжүрек қатынас байқалып, өзін-өзі жүзеге асыруға деген ұмтылысын, құзыреттілігіне деген сенімін және жетістікке деген сенімін төмендетеді.

Қазіргі уақытта отандық және шетелдік психологияда «психикалық сарқылу» ұғымының «эмоционалды қажу», «кәсіптік сарқылу», «кәсіптік күйіп кету синдромы» сынды көптеген балама атаулары кездеседі, дегенмен бұл атаулардың негізгі

мағынасына назар аударсақ мазмұны жағынан ұқсастықтың бар екендігін аңғаруға болады. Қазіргі заманғы мәліметтерге сәйкес,» психикалық күйзеліс « әлеуметтік саладағы кәсіптерде көрінетін физикалық, эмоционалды және психикалық сарқылу күйін білдіреді.

Р. Кочюнас «сарқылу синдромын» «ұзақ эмоционалды стресстің салдарынан эмоционалды, психикалық және физикалық сарқылумен бірге жүретін күрделі психофизиологиялық құбылыс» ретінде анықтайды. Ғалымдардың пікірінше, сарқылу- бұл динамикалық процесс және кезең-кезеңмен жүреді.

Психикалық сарқылу кезең-кезеңмен көрінетін үш негізгі компонентті қамтиды:

- ▶ эмоционалды сарқылу;
- ▶ деперсонализация (цинизм);
- ▶ кәсіби жетістіктерді қысқарту.

Эмоционалды сарқылу дегеніміз-өз жұмысынан туындаған эмоционалды құлазыған және шаршау сезімі. Деперсонализация еңбекке және оның еңбек объектілеріне немқұрайлы қарауды білдіреді. Атап айтқанда, әлеуметтік салада деперсонализация емделуге, кеңес алуға, білім алуға және басқа да әлеуметтік қызметтерге келген клиенттерге безбүйрек, адамгершілікке жатпайтын қатынасты білдіреді. Клиенттер тірі адамдар ретінде қабылданбайды, бірақ олардың кәсіби маманға келген барлық проблемалары мен қиындықтары, оның көзқарасы бойынша, олардың игілігі үшін деп түсінеді. Кәсіби жетістіктер төмендеуі (редукция) жұмыскердің өз кәсіптік қызметі саласындағы біліксіздікті және жұмыс барысындағы сәтсіздікті сезінуімен байланысты туындайтын сезімін болжайды. Басқа сөзбен айтсақ, соңғы кезеңде маманның өзінің бойынан кәсіби шеберлігін жоғалтқандығын сезінуі.

Кәсіби сарқылудың сипатталған көріністері жақсы диагноз қойылған белгілер болып табылады, сондықтан психикалық сарқылу құбылысы жиі синдром ретінде қарастырылады. «Сарқылу» синдромы адамның күнделікті созылмалы шиеленісінен, эмоционалды шамадан тыс жұмысынан бастау алады. «Сарқылудың» негізгі көріністері шаршау сезіміне, күштің болмауына, энергия тонусының төмендеуіне, өнімділіктің төмендеуіне және физикалық аурулардың әртүрлі белгілеріне, седативтерді немесе стимуляторларды теріс пайдалану үрдісіне және т. б. Маманның серіктестермен (әріптестермен, клиенттермен, пациенттермен, басшылықпен, отбасы мүшелерімен және достарымен) қарым-қатынаста теріс психологиялық көзқарасты дамытады. Бұл қақтығыстарға және кәсіпқой маман ретінде өз мүмкіндіктеріне деген сенімнің жоғалуына әкеледі және өмірлік сценарийдің өзгеруіне және таңдалған саладағы кәсіби қызметтен толық бас тартуға әкелуі мүмкін.

В.Е. Орел сарқылуды тудыратын жеке сипаттамаларды «катализаторлар» деп, ал оның процесін тежейтін – сарқылудың «ингибиторлары» деп атайды. Осылайша, белгілі бір жеке қасиеттері бар адамдар (мазасыз, сезімтал, эмпатикалық, интроверсияға бейім, гуманистік өмірлік көзқарасы бар, басқалармен сәйкестендіруге бейім) психикалық күйзеліс синдромына көбірек бейім. Психикалық күйзеліс синдромының “ингибиторлары” болып оптимизм, өзін-өзі жоғары бағалау, ішкі тұжырымдама, жанжалға төзімділік, ынта, парасаттылық, мақсаттылық болып табылады. Көптеген зерттеушілердің пікірінше, психикалық күйзеліс адамдарға (дәрігерлер, діни қызметкерлер, мұғалімдер, заңгерлер, әлеуметтік қызметкерлер,

психологтар, психотерапевттер және т.б.) қарқынды, тығыз қарым-қатынас жасайтын көмекші мамандықтардың өкілдеріне тән. Көмекші мамандықтардың қызметкерлерінен сыпайылық, эмпатия (өз тәжірибелеріне қатысу арқылы басқа адамның ішкі әлеміне ену), клиенттердің жеке ұмтылыстарын, бастамаларын және жеке ерекшеліктерін қабылдау, гуманизм және мейірімділік сияқты қасиеттер талап етіледі.

Көмекші мамандықтар өкілдерінің жұмысы өте қарқынды және ұзақ қарым-қатынаста болады (әсіресе клиенттің проблемалары мен қиындықтарын шешуге көмек көрсету жағдайында). Мұның бәрі үлкен психологиялық және физиологиялық шығындарды талап етеді, сондықтан ерте ме, кеш пе, көмекші мамандықтардың өкілдері үлкен шиеленісті сезіне бастайды, содан кейін шамадан тыс жүктемеге байланысты, эмоционалды, физикалық және психикалық қажуды бастан кешеді. В.Е. Орел атап өткендей қажу жағдайында қарастырылатын әлеуметтік-психологиялық факторлардың ішіндегі ең маңыздыларының бірі - ұйымдағы тігінен де, көлденеңінен де әлеуметтік-психологиялық қатынастар. Кәсіби сарқылу мәселесінің алдын алуда әріптестерінің және өзінен лауазымы жоғары адамдардың, сондай-ақ басқада адамдардың (отбасы мүшелері, достары т.б.) әлеуметтік қолдауы маңызды рөл атқарады. Өзінің кәсіби қызметіне деген қарым-қатынас сондай-ақ қызмет алушылардың (оқушылардың, науқастардың, клиенттердің және т.б.) мінез-құлық ерекшеліктеріне қатысты белгілі бір көзқарастармен қатар сарқылуға ықпал ететін немесе кедергі жасайтын маңызды фактор болып табылады.

Көптеген зерттеулер «кері байланыстың болуы» кәсіби күйіп кетудің алдын алуға ықпал ететін фактордың маңызды элементі екендігін көрсетеді. Кері байланыстың болмауы кәсіби күйіп кетудің барлық үш компонентімен байланысты, бұл эмоционалды сарқылу мен деперсонализация деңгейінің артуына және кәсіптік жетістіктердің төмендеуіне ықпал етеді. Сонымен қатар, кәсіби күйіп кетудің пайда боуына ықпал ететін маңызды факторлардың бірі – бұл маманның өз қызметі барысындағы дербестілігі мен тәуелсіздігінің болуы, маңызды шешімдер қабылдау мүмкіндігінің берілуі. Профилактикалық, емдік және оңалту іс-шаралары өндірістік толқуды жоюға, кәсіптік мотивацияны арттыруға, жұмсалған күш пен алынған нәтиже арасындағы теңгерімді белгілеуге бағытталуы тиіс.

Кәсіби күйіп кетудің алдын алу шаралары үшін қызметті ұйымдастырудың келесі шарттары болуы мүмкін:

- қызметкер ұзақ уақыт бойы өзінің кәсіби немесе жеке проблемасымен жалғыз болмауы керек, ол әрдайым әріптестеріне, жетекшісіне көмек, кеңес алу мүмкіндігіне ие болуы тиіс;
- ұжымда өзара түсінушіліктің және жалпы достық ахуалды қолдау маңызды;
- жұмысқа деген қарым-қатынасты уақтылы түзету үшін қызметкердің психикалық жағдайы мен теңгерімін бақылау әдісі ретінде мониторинг ұйымдастыру;
- кәсіптік қауымдастықта үнемі өзінің кәсіптік тәжірибесімен және проблемаларымен үнемі бөлісу қажет;
- үнемі жұмысқа қатысу процесін түсінуге, кәсіптік қасиеттердің қалыптастыруға, тұрақты рефлексиалауға және клиентпен қарым-қатынас жасауға байланысты

тәжірибені түйсінуді тұжырымдау;

- кәсіби күйіп кетудің алдын алу үшін қызметкердің өзінің тиімділігін сезінуін арттыру және кәсіби күйіп кетуді болдырмаудға бағытталған білім беру бағдарламаларын әзірлеу және ендіру.

Алайда, кәсіби күйіп кету синдромының алдын алуда маңызды рөл қызметкердің өзіне жүктеледі. Кәсіби күйіп кетудің алдын алу үшін келесілер қажет:

- психикалық және физикалық саулықты қамтамасыз ету үшін, «техникалық үзілістерді» пайдалану (жұмыстан демалу);
- кәсіби стрессті басқару жолдарын меңгеру – жұмыс орнындағы әлеуметтік, психологиялық және ұйымдастырушылық ортаны өзгерту; жұмыс пен үй арасында «көпірлер» салу;
- релаксация, визуализация, ауторегуляция, өзін-өзі бағдарламалау әдістерін игеру;
- кәсіби дамуға және өзін-өзі жетілдіруге ұмтылу (біліктілікті арттыру курстарында, конференцияларда, симпозиумдарда, конгрестерде тілдесу арқылы өз ұжымынан тыс кәсіби ақпаратпен алмасу);
- қажетсіз бәсекелестіктен кету (оны болдырмауға болатын жағдайлар бар, бірақ жеңіске деген шамадан тыс ұмтылыс алаңдаушылық тудырады, адамды агрессивті етеді, бұл кәсіби күйіп кетуге ықпал етеді);
- өмірге, оның мағынасына қатысты көзқарасты өзгерту, кәсіби күйіп кету жағдайын өз өмірін қайта қарау және қайта бағалау, оны өзіңіз үшін өнімді ету мүмкіндігі ретінде қабылдау;
- дұрыс дене қалпын сақтау (дұрыс тамақтану, алкогольді тұтынуды шектеу, темекіден бас тарту, дене салмағын түзету).
- Жоғарыда көрсетілген кәсіби күйіп кетудің алдын алу шаралары қызметкердің өмірлік ресурстарын арттыруға ықпал етеді.

ҚОРЫТЫНДЫ

Әдетте, мұндай отбасылардың проблемалары оның өмірінің әлеуметтік, құқықтық, материалдық, медициналық, психологиялық, педагогикалық және басқа аспектілеріне қатысты. Сонымен қатар, проблемалардың тек бір түрі өте сирек кездеседі, өйткені олардың барлығы бір-бірімен байланысты және өзара байланысты. Сондықтан балалардың девиантты мінез-құлқының, аралық қатерлерінің және даму қауіптерінің себептік байланысы өте шартты.

Аз қамтылған отбасылардан шыққан балалардың эмоционалды-тұлғалық саласын зерттеу олардың толыққанды дамуы, әлеуметтенуі және қоғамға кірігуі үшін мемлекет тарапынан материалдық көмек қана емес, жалпы отбасына психологиялық-педагогикалық қолдау қажет екенін көрсетті және эксперименттік бағдарламаны іске асыру барысында аула клубы, жалпы білім беретін мектеп пен отбасының ынтымақтастығын қалыптастырыған Нұр-Сұлтан қаласының «Замандас» отбасылық аула клубы сияқты ұйымдастырылған аула клубы бұл функцияны атқара алады.

Мұндай клубтар санының артуы қоғамның әлеуметтік осал топтарындағы шиеленісті азайтуға мүмкіндік береді. Осы жобаның деректерін ұсынған «Замандас 21» ҚҚ директорымен әңгіме барысында аула клубына баратын бірде-бір бала құқық бұзушылық үшін есепке қойылмағандығы, өзіне-өзі қол жұмсау әрекеттері болмағандығы, буллинг сияқты құбылыс болмағандығы айтылды. Кез-келген педагогикалық жағдайларда, проблемалы отбасылардағы балалармен жұмыс жасау кезінде 4 негізгі жұмыс қағидасын есте сақтау керек:

Болжау. Уақытында оларға қажетті қолдау көрсету үшін оқушыларыңыздың проблемаларына мұқият болыңыз. Сіз проблемаларды ерте кезеңдерде шешуді үйренуіңіз керек, әйтпесе отбасылық істерге араласып, психикалық жарақаттардың салдарымен ұзақ уақыт күресуге тура келеді.

Алдын алу. Проблемалық жағдайлардың алдын алуға күш салыңыз. Көп жағдайда қиындықтардың өршуіне жол бермеу мүмкіндігі бар.

Серіктестік. Ең алдымен, бұл отбасымен терең жұмыс жасауды көздейтін әлеуметтік серіктестікті білдіреді. Мұндай жұмыстың негізі-сенімді қарым-қатынас.

Көмек. Сіз отбасылардың өзін-өзі ұйымдастыруына ықпал ете аласыз, олардың баланың тұрмыстық және психологиялық жағдайларын жақсартуға деген ұмтылысын қолдай аласыз.

«Замандас» отбасылық аула клубтары туралы айтатын болсақ, келесі факторларды жатқызуға болады: ақысыз, демек, әлеуметтік осал топтардан шыққан барлық балалар үшін қол жетімділік: үйге жақын болу, бір уақытта спорттық, эстетикалық бағыттағы және білім беру үйірмелеріне қатысу мүмкіндігі; балаларға да, ата-аналарға да әлеуметтік-психологиялық көмекті ұйымдастырудағы икемділік. Бұл клубтарда бір бала екіден беске дейін үйірмеге қатысады, бұл жеке тұлғаның жан-жақты дамуына, бос уақытты тиімді пайдалануға, кейде тіпті жанжалды отбасылық жағдайларды болдырмауға көмектеседі (өйткені, бір пәтерде бірнеше отбасы тұра алады).

«Замандас» отбасылық аула клубтары ҚР қосымша білім беру мекемелеріне қойылатын барлық талаптарға сәйкес келеді. Балалардың қоғамдық ұйымдарында

әлеуметтік тәжірибені ұйымдастыру өзара әрекеттесуді ұйымдастырудың белгілі бір формаларында жүреді. Әр түрлі заманауи тәсілдерді талдау әлеуметтік тәрбиенің белгілі бір міндеттерін шешуге мүмкіндік беретін балалар мен ересектердің өзара әрекеттесуінің орны мен уақыты шектеулі құрылымы (құрылымы) ретінде тәрбиелік өзара әрекеттесуді ұйымдастыру формасын анықтауға мүмкіндік береді.

Қолданылған әдебиеттер тізімі:

1. Курбатов В.И. 110 вопросов и ответов по теории и практике социальной работы. Учебное пособие. ООО «Издательство «КноРус», 2015г.
2. Медков В.М. Демография: Учебное пособие. Серия «Учебники и учебные пособия». - Ростов-на-Дону: «Феникс», 2002. - 448 с.
3. Тихомирова Е.И. Социальная педагогика. Самореализация школьника в коллективе. М.: Академия, 2005
4. Дивицына Н.Ф. Социальная работа с детьми группы риска. М.: Владос, 2008.
5. Дети Казахстана. Статистический сборник.- Комитет по статистике национальной экономики Республики Казахстан, Детский фонд ООН ЮНИСЕФ. – Астана, 2017
6. Кащенко В.П. Педагогическая коррекция: Исправление недостатков характера у детей и подростков. 2-е изд.—М.: Просвещение, 1994.—223с.
7. Райкова Е.Ю. Терапия и профилактика профессионального выгорания у представителей помогающих профессий // Молодой ученый. – 2011.
8. Freudenberger H.J. Staff burn-out // Journal of Social Issues, 1974.
9. Лэнгле А. Эмоциональное выгорание с позиций экзистенциального анализа: теоретическое исследование // Вопросы психологии
10. Орёл В.Е. Феномен «психического выгорания»: теория, проблемы диагностика // Орел В.Е. Структурно-функциональная организация и генезис психического выгорания: Автореф. ...д-ра пс. н. – Ярославль, 2005
11. Орёл В.Е. Феномен «выгорания» в зарубежной психологии. Эмпирические исследования // Психологический журнал
12. Гришина Н.В. Помогающие отношения: профессиональные и экзистенциальные проблемы // Психологические проблемы самореализации личности. – СПб.: Изд-во СПб. ун-та, 1997
13. Елдышова О.А. Профессиональное выгорание в помогающих профессиях // Роль служб экстренной психологической помощи по телефону в решении проблемы сиротства в России: I Международная конференция детских телефонов доверия 17–18 ноября 2006 г.: Сборник статей выступлений. – М., 2006.
14. Ронгинская Т. И. Синдром выгорания в социальных профессиях // Психологический журнал, 2002
15. Винокур В.А. Методика психологической диагностики профессионального «выгорания» в «помогающих» профессиях. [Электронный ресурс] // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. 2010. – N 1. / <http://medpsy.ru>.
16. Водопьянова Н.Е. Синдром выгорания. Диагностика и профилактика / Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова. – СПб.: Питер: Питер-принт, 2005

ПОМОЩЬ СЕМЬЯМ, ОКАЗАВШИМСЯ В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ

МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ для Психологов



Нур-Султан, 2021

Составители:

Алшинова Ляззат Елюбаевна – президент Общественного Фонда «Замандас 21»

Семененко Наталья Николаевна – психолог высшей категории, член рабочей группы по актуализации Концепции семейной политики в РК

Полякова Варвара Викторовна – психолог, координатор проекта «Разработка и реализация комплекса мер по поддержке семей с детьми, находящимся в трудной жизненной ситуации».

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	25
Глава 1. Психологическая типология семей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации (далее ТЖС)	26
Глава 2. Особенности работы с семьей, оказавшейся в ТЖС.	31
Глава 3. Профилактика эмоционального выгорания сотрудника, работающего с семьей в ТЖС	36
Заключение	40

ВВЕДЕНИЕ

Семья как основополагающий институт в структуре общества особенно чувствительна ко всякого рода реформаторским изменениям государственного масштаба, поскольку их результаты напрямую отражаются на ее уровне жизни, стабильности и воспитательной дееспособности.

В настоящее время есть две модели социальной поддержки семей риска. Первая модель направлена на возможность использования собственных сил, личной инициативы, поиск ресурсов для решения проблем, в которых оказалась семья. Помощь государства при этом рассматривается как поддержка собственного ресурса.

Вторая модель предусматривает существенное влияние государственных и общественных структур на семью. При такой модели государство и общественные организации пытаются вначале поднять собственные ресурсы семьи, повлиять на улучшение позиции семьи, и только после этого семья может самостоятельно справляться с проблемами. С этой целью расширяется сеть социальных центров, клубов, учреждений, в которых семья может получить необходимую помощь. Предполагается сопровождение такой семьи и ее отдельных членов, которое закрепляет улучшение положения в семье. Эта модель преследует главную цель - восстановить воспитательный потенциал семьи, поскольку ни одно государственное учреждение никогда не сможет заменить ребенку семью, и поэтому следует направить все усилия на то, чтобы реабилитировать семью в социальном, психологическом, педагогическом и других направлениях.

Выражаем благодарность всем активным участникам проекта «Разработка и реализация комплекса мер по поддержке семей с детьми, находящимся в трудной жизненной ситуации».

Благодарим НАО «Центр Поддержки Гражданских Инициатив» в лице председателя правления Лимы Диас за предоставленную возможность участвовать в решении социально-значимых задач современного казахстанского общества.

***С уважением, Алшинова Ляззат Елюбаевна,
президент ОФ «Замандас 21».***

ГЛАВА 1.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ТИПОЛОГИЯ СЕМЕЙ, ОКАЗАВШИХСЯ В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ (ДАЛЕЕ ТЖС)

Семья, сталкивающаяся с трудностями, становится семьей социального риска. Практика показывает, что к этой группе чаще всего относятся семьи, отягощенные наличием множества факторов, которые повышают социальные риски развития детей и подростков.

Причины, вызывающие рост семей в ТЖС, по мнению специалистов весьма разнообразны. Выделяет следующие причины:

1. Экономические причины: у большого числа семей прожиточный уровень ниже черты бедности из-за избыточной иждивенческой нагрузки на одного работающего члена. Семьи многодетные; семьи, в составе которых есть инвалиды - взрослые или дети; семьи с низким уровнем заработной платы; семьи безработных.

2. Асоциальные причины: алкоголизм или наркомания семьи или одного из её членов, противоправное поведение, проституция, плюс низкий культурный уровень. Как результат, дети из таких семей чаще других попадают в преступные компании.

3. Психологические причины: жестокость, агрессивность, грубость, конфликтность, ревность, супружеская неверность, эгоизм, жадность, неуравновешенность характеров.

4. Медицинские причины: хронические инфекционные и венерические заболевания, психические и сексуальные отклонения, импотенция.

5. Неполные семьи: вследствие недобросовестного выполнения родителями своих обязанностей возникают группы детей безнадзорных, беспризорных, детей-беглецов.

А.И.Антонов и В.М.Медков в своей книге «Социология семьи» выделяют следующие виды семей:

► **В зависимости от характера супружества выделяют:**

1. Моногамные (брак одного мужчины и одной женщины);
2. Полигамные (брак одного мужчины с несколькими женщинами или наоборот);

► **По критерию власти различают:**

1. Патриархальная семья (глава семьи – отец);
2. Матриархальные (большим авторитетом пользуется мать, а не отец);
3. Эгалитарные семьи (ситуативное распределение власти между родителями, равное влияние супругов с взаимозаменяемыми ролями);

► **По социально-демографическому положению:**

1. Гомогамные (семьи, в которых супруги одной национальности, с одинаковым уровнем образования, нет большой разницы в возрасте и так далее);
2. Гетерогамные (супруги различны по социально-демографическому положению);

► **По количеству поколений:**

1. Нуклеарные – семьи, состоящие из одной брачной пары с детьми, которые никогда не состояли в браке, то есть семьи, состоящие из двух поколений.

Такой вид наиболее распространен в современном обществе. Название образовано от «нуклон», что с латинского переводится как «ядро». В такой семье так же, как и в расширенной, создается собственная субкультура, закрытая для интеграции различных культурных элементов из вне.



2. Расширенная (семья с тремя и более поколениями, которые объединяют в себя родителей, их уже взрослых детей с детьми-внуками);

- В зависимости от брака, первый или второй, выделяют повторные семьи. В такую семью могут входить дети уже от этого брака, а также дети от первых браков. В данное время число таких семей увеличивается в связи с тем, что неумолимо растет число разводов. Ранее они появлялись только в случае смерти одного из супругов.

► **В зависимости от количества родителей в семье:**

1. Неполные (семья, в которой детей воспитывает один родитель, как и повторные семьи, образуются чаще всего в результате развода, реже в результате смерти одного из супругов);
2. Полные

► **По детности:**

1. Малодетные (с 1 – 2 детьми);
2. Среднедетные (3 – 4 ребенка);
3. Многодетные (более 4 детей);

► **По материальному положению:**

1. Обеспеченные
2. Малообеспеченные (семьи, у которых уровень доходов не превышает потребительского минимум).

Семьи также могут быть благополучные и неблагополучные, т.е, невыполняющие своих функций, подверженные действию негативных факторов в социальной среде.

Семья как основополагающий институт в структуре общества особенно чувствительна ко всякого рода реформаторским изменениям государственного масштаба, поскольку их результаты напрямую отражаются на ее уровне жизни, стабильности и воспитательной дееспособности.

Семья, оказавшаяся в ТЖС - это та семья, в которой нарушена структура, обесцениваются или игнорируются основные семейные функции, вследствие чего нарушается психологический климат.

Исследователи отмечают, что психологическими трудностями семьи в ТЖС могут быть

- дефицит родительского внимания к детям,
- превышение социального возраста старших детей,
- сложности, связанные с психологическим климатом и
- невысокий жизненный уровень.

В семьях в ТЖС существует два вида риска. Первый вид риска связан с их опасностью для общества своими ценностями, нормами, правилами, особым направлением воспитания детей, чаще всего асоциальным. Второй вид риска связан с трудностями социализации членов семьи, особенно детей и подростков, в семье отсутствуют условия для нормального психического и физического развития ребенка, появляются различные поведенческие отклонения. Но все же это деление весьма условно. Все социальные проблемы, с которыми связана семья, усугубляют внутрисемейные проблемы, а деструктивное влияние взрослых членов ведет к развитию таких рисков социального развития, как риски социальной дезадаптации, социального сиротства, склонности к иждивенчеству, асоциального, аутодеструктивного и противоправного поведения детей.

Например:

- Детское воровство. Родителям чаще всего становится неловко и стыдно за то, что их ребенок украл деньги или присвоил чужую вещь и обычно применяют крутые меры: наказывают, стыдят, подвергают «домашнему аресту». Но осуждение и наказание часто только ухудшают ситуацию, так как работают на уже случившееся, а не на устранение причин, приведших к воровству. Можно выделить несколько основных причин детского воровства. Сильное желание владеть понравившейся вещью, вопреки голосу совести. Серьезная психологическая и эмоциональная неудовлетворенность, здесь кража является реакцией ребенка на травмирующие обстоятельства жизни, эмоциональную холодность родителей по отношению к нему. Ребенок либо чувствует, что его не любят, не ощущает поддержки и эмоционального принятия со стороны близких, либо он в детстве пережил развод родителей и видит отчужденность, даже враждебность между ними и в настоящее время. У ребенка недостаточно развиты нравственные представления и воля. Воровство для него является способом самоутверждения: он хочет обратить на себя внимание, завоевать расположение кого-либо различными угощениями, он «покупает» любовь и дружбу. Взрослым необходимо понять, что дети часто воруют, потому что это для них единственный способ получить желаемое.
- Дети-изгои. В любом коллективе, детском или подростковом, есть популярные дети, а есть непопулярные, их игнорируют или терпят, но не принимают. Порой видимой причины и нет, запустить процесс может все что угодно. Но прежде всего это те, кто «не такой, как все». Это могут быть дети: чрезмерно опекаемые в семье; те, кто не может за себя постоять; с внешними недостатками; слишком агрессивные; слишком неопрятные или наоборот; те, кто слишком плохо учится, часто пропускает занятия, или любимчики учителей; болтуны или те, кто не умеет общаться; а так же ябеды.
- Проблемы отверженных детей в первую очередь должны решать педагоги, которым должны помогать родители и психологи.
- Уход из дома — это сигнал эмоциональной нестабильности подростка. Причинами ухода из дома могут быть: либо протест против конфликтных, неблагоприятных взаимоотношений; либо ограничение свободы, контроль и гиперопека, неудовлетворение потребности в независимости,

самостоятельности; либо ухудшение положения в группе сверстников, отчуждение от коллектива, пренебрежение и изоляция.

На основе теоретического исследования данной проблематики была разработана классификация рисков социального развития детей из семей ТЖС.

В.Е. Летунова выделяет следующие группы рисков развития детей:

- ▶ **медико-биологические** (группа здоровья, наследственные причины, врождённые свойства, нарушения в психическом и физическом развитии, условия рождения ребёнка, заболевания матери и её образ жизни, травмы внутриутробного развития и т.д.);
- ▶ **социально-экономические** (малообеспеченные, в том числе многодетные и неполные семьи, несовершеннолетние родители, безработные семьи, семьи ведущие аморальный образ жизни; неприспособленность к жизни в обществе: бегство, бродяжничество, безделье, воровство, мошенничество, драки, убийства, попытки суицида, агрессивное поведение, употребление спиртных напитков, наркотиков и т.д.);
- ▶ **психологические** (отчуждение от социальной среды, неприятие себя, невротические реакции, нарушения общения с окружающими, эмоциональная неустойчивость, неуспех в деятельности, неуспех в социальной адаптации, трудности общения, взаимодействия со сверстниками и взрослыми и т.д.);
- ▶ **педагогические** (несоответствие содержания программ образовательного учреждения и условий обучения детей их психофизиологическим особенностям, темпа психического развития детей и темпа обучения, преобладание отрицательных оценок, неуверенность в деятельности, отсутствие интереса к учению, закрытость для положительного опыта, несоответствие образу школьника и т.д.).

У детей из семей ТЖС социальные риски развития проявляются наиболее ярко в учебной деятельности. К наиболее типичным - можно отнести:

- неуспешность в изучении предметов школьной программы, низкий уровень обучаемости;
- несбалансированность в развитии индивидуально-психических качеств личности;
- низкий уровень развития индивидуальной культуры;
- низкий уровень развития познавательных интересов;
- несформированность учебной мотивации;
- неподготовленность к обучению.

Дети из неблагополучной и асоциальной малообеспеченной семьи, как правило:

- социально не приспособлены;
- отличаются недоверчивостью;
- чрезмерной обидчивостью;
- в их поведении часто наблюдается негативизм, упрямство;
- у таких детей плохое внимание, быстрая утомляемость.

Они остро реагируют на неудачи, не уверены в себе, отличаются неустойчивым настроением. Они демонстрируют заниженную самооценку, им присущи неадекватные

представления о собственной значимости.

Все социальные проблемы, с которыми связана семья, усугубляют внутрисемейные проблемы, а социальное поведение взрослых членов ведет к подростковой преступности, раннему материнству, детской и подростковой наркомании, алкоголизму.

В международной практике «детская бедность и благополучие» рассматривается не только с позиции наличия денежных средств, а как многоплановое понятие, включающее материальное, социальное, физическое и ментальное благополучие, а также возможности для реализации потенциала каждого ребенка.

ГЛАВА 2.

ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ С СЕМЬЕЙ, ОКАЗАВШЕЙСЯ В ТЖС.

Большой опыт работы по профилактике развития социальных рисков детей и подростков и социально-психологической помощи накоплен Общественным Фондом Замандас 21 г.Нур-Султан в организации работы с детьми и подростками по месту жительства. Целевой группой данного общественного объединения являются многодетные и малообеспеченные семьи. В первые три года проект был реализован в рамках дворового клуба, который впоследствии был реорганизован в Центр развития семьи «Замандас».



Цель данного проекта – создание здоровьесберегающей среды для развития всесторонне развитой личности. Для этого необходимо:

- создание условий для успешной социализации детей и подростков;
- развитие способностей и творческого потенциала, лидерских качеств, социальной активности детей и подростков;
- развитие навыков ответственного отношения к своему здоровью;
- организация досуга.

Для достижения этих задач в дворовом клубе были открыты:

- кружки (шахматный, вокальный, хореографический, творческий), секции (каратэ, кун-фу), курсы ораторского мастерства и казахского, английского языков;

- семейный клуб «Счастливая семья» для родителей; клуб «Юный лидер»
- специальная группа для детей с особенностями развития.

Исходя из целей, модель дворового клуба опирается на взаимодействие социальных работников, педагогов, психологов, родителей, так как создание среды, влияющей на развитие личности ребенка, является важным компонентом в воспитании подрастающего поколения.

Занятия проводятся по группам, индивидуально или всем составом объединения в соответствии с образовательной программой дополнительного образования. В каждой группе количество детей - от 10 до 15.

На базе центра проводятся совместные занятия с родителями детей. Мамы и папы воспитанников принимают активное участие не только в устройстве своих детей в клуб, но и сами нередко посещают мероприятия, организованное работниками клуба для детей и их родителей (например, в сентябре проходит массовый праздник в столичном парке, посвященный Дню семьи).

Основным содержанием работы дворового клуба является проведение кружковой деятельности по различным направлениям; активная пропаганда здорового образа жизни среди детей и подростков; организация деятельности клуба для родителей «Счастливая семья»; организация и проведение совместных культурно-массовых мероприятий с участием всех членов семьи. Работа в клубе строится с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, которые определяются по итогам психологической диагностики.

В дворовом клубе наиболее тесным образом устанавливаются контакты взрослых и детей, следовательно, создаются наиболее благоприятные условия для их взаимопонимания, развития совместной деятельности, для активизации участия взрослых, родителей в воспитании детей.



Реализация ведущих направлений развития дворовых клубов осуществляется на основе принципов 4-х «Д»:

- **Добровольность** – бенефициары добровольно посещают центр и выбирают кружки по своим интересам;
- **Доступность** – основная часть услуг, либо все услуги проводятся на бесплатной основе;
- **Доброжелательность** – созданы условия здоровьесберегающей среды для всех участников проекта (дети, подростки, родители, специалисты центра);
- **Доверие** – созданная модель здоровьесберегающей среды создает

доверительные отношения сотрудничества между участниками проекта, обеспечивающие подростку комфортную эмоциональную среду «ситуации успеха» и развивающие общение.

Дети и подростки могут выбирать кружки по интересам, одновременно посещать три и более кружков без ограничения. Услуги в дворовом клубе предоставляются бесплатно, это получает высокую оценку со стороны многодетных и малообеспеченных родителей, они отмечают, что платный кружок они могли обеспечить для одного ребенка из четырех-пяти детей. В дворовом клубе все дети из одной семьи, начиная с семи лет, могут посещать несколько кружков, что дает возможность создать ситуацию успеха для всех детей. Дворовый клуб является досуговой площадкой, где проходят семейные праздники, посвященные Дню семьи, Наурыз, Международному Женскому дню. Во время праздничных выступлений дети также имеют возможность продемонстрировать свои успехи и достижения, приобретенные на занятиях в клубе.



Особого внимания заслуживает работа клуба «Счастливая семья», который объединяет всех заинтересованных в эффективном воспитании, родителей. Заседания проходят в каждом дворовом клубе по 2 раза в месяц. Состав клуба переменный, так как сказывается специфика целевой группы (мамы нерегулярно посещают

заседания из-за болезни детей, а их в семье 4-5, из-за дополнительных подработок, особенно женщины, воспитывающие детей в одиночку).

План работы составляется с учетом пожеланий участниц. Наиболее актуальные темы:

- Как помочь ребенку с уроками, не делая их за него, уроки и школьная успеваемость.
- Мой ребенок ничего не хочет (способы мотивации).
- Когда дети лгут.
- Самостоятельность и ответственность.
- Умеем ли мы убеждать.
- Нравственно-половое воспитание детей и подростков.
- Возрастные этапы развития ребенка.
- Эффективное общение с подростками;
- Риски подросткового возраста;
- Зависимости от гаджетов (аутодеструктивное поведение).

Также психологи на занятиях уделяют внимание личностному росту участниц.

В ходе реализации проекта родители рассматриваются как партнеры, что способствует укреплению детско-родительских и семейных отношений.

Разработанная модель социальной работы по снижению социальных рисков развития детей из семей ТЖС включает в себя индивидуальную и групповую работу психолога с детьми, подростками и их родителями. Для детей от 6 до 12 лет клуб «Юного лидера», для подростков от 13 до 16 лет Клуб общения для подростков, от 15 до 21 года работает Коворкинг центр, для родителей клуб «Счастливая семья». Эти программы рассчитаны на работу продолжительностью в один год.

Примерные темы занятий Клуба «Юный лидер»:

1. Давайте знакомиться! Навыки самопрезентации.
2. Понятие лидерство. Какими качествами должен обладать лидер.
3. Как снять стресс и напряжение.
4. Умеем ли мы работать в группах?
5. Целеустремленность и мечтательность.
6. Каким я вижу свое будущее.

Примерные темы занятий Клуба общения для подростков:

1. Тренинг командообразования;
2. Тренинг общения;
3. Я – это интересно;
4. Тренинг уверенности;
5. Тренинг лидерства;
6. Что я знаю о репродуктивном здоровье;
7. Жизнь одна: поговорим о суициде;
8. Знакомство в интернете: За и Против.

Занятия проводятся в игровой форме с элементами тренинга.



Общая цель программ: повысить эффективность работы учреждений дополнительного образования, направленную на получение ребенком здорового социального опыта, и, как следствие, предупреждение и/или снижение рисков социального развития, в том числе рисков аутодеструктивного, асоциального и противоправного поведения.

Задачами программ является развитие навыков эффективной социализации детей, повышение их самооценки, снижение уровня тревожности и агрессии. Разработка и внедрение эффективные инструменты воспитательного процесса и методы взаимодействия детей и родителей, особенно из малообеспеченных, монородительских, неблагополучных и многодетных семей для профилактики социальных рисков развития детей.

Регулярно проводится мониторинг результатов посещения дворовых клубов их детьми, но учитывая специфику малообеспеченных семей, удалось провести исследование среди мам.

Таким образом в работе психолога с семьей в ТЖС можно выделить 5 уровней:

1. Начальный уровень - встреча, знакомство, общение, с целью выявления сильных и слабых сторон семьи.

2. Информационный – психолог информирует семью об их проблемах, последствиях и возможности получения помощи.

3. Исследовательский - проводится исследование семьи (тестирование, интервью, наблюдение) с целью выявления проблем эмоционально-личностной сферы, межличностных отношений детей и их родителей. Этот уровень более сложный, так как требует внутренней информации о семье, и здесь необходимо согласие родителей, позитивная мотивация на вмешательство специалиста.

4. Сотрудничество - он подразумевает, что специалист и члены семьи должны оказать обоюдную помощь друг другу. При этом четко проговаривается и объясняется, что будет делать специалист, что - родители, что - дети, как ведут себя «проблемные» члены семьи.

5. Семейная терапия - ее тоже можно назвать сотруднической, однако специалист, оказывая помощь, берет на себя большую ответственность за реализацию рабочего процесса. На данном этапе максимальна деятельность психолога. Психолог анализирует основные компоненты проблемы, и результаты диагностики определяются как основа работы смежных специалистов (социального работника, юриста, социального педагога).

ГЛАВА 3.

ПРОФИЛАКТИКА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ СОТРУДНИКА, РАБОТАЮЩЕГО С СЕМЬЕЙ В ТЖС

Одним из проявлений профессионального воздействия на личность является синдром «психического выгорания» (burnout), широко известный и исследуемый в зарубежной психологии. Под психическим выгоранием (burnout) понимается комплекс особых психических проблем, возникающих у человека в связи с его профессиональной деятельностью. Впервые они были описаны Х.Дж. Фрейденбергером в 1974 г. Работая психиатром в одном из центров здоровья, он наблюдал большое количество работников, испытывающих постепенное эмоциональное истощение, потерю мотивации и работоспособности, изменения в состоянии здоровья и интеллектуальной сфере. Это были специалисты так называемых помогающих профессий – людей, с полной самоотдачей и с большим воодушевлением работавших в общественных организациях. После нескольких месяцев такой добровольной деятельности у этих людей наблюдался целый ряд характерных симптомов: истощение, раздражительность, цинизм и т.д., которые Х.Дж. Фрейденбергером по контрасту с начальным «эмоциональным горением» назвал «эмоциональным выгоранием».



Позднее С. Condo определяет «burnout» как «состояние дезадаптированности к рабочему месту из-за чрезмерной рабочей нагрузки и неадекватных межличностных отношений».

Социальный психолог Сг. Maslach, исследуя когнитивные стратегии людей, помогающие им преодолевать эмоциональное возбуждение, обратила внимание на тот факт, что данные стратегии оказывают влияние на профессиональное поведение работников. Основной причиной выгорания она определяла эмоциональную перегрузку, вызванную взаимоотношениями между профессионалом и его клиентом, «тем, кто оказывает помощь и тем, кто ее получает».

В.Е. Орёл, анализируя труды Сг. Maslach, указывает на то, что она видела психологическую опасность таких взаимоотношений, поскольку профессионалы имеют дело, прежде всего с проблемами людей, несущими в себе отрицательный эмоциональный заряд, которые тяжелым бременем ложатся на их плечи. Такая ситуация переживается работником как длительно воздействующий стресс и проявляется в изменении отношения к себе и другим. Работник испытывает чувство эмоционального истощения, проявляет бессердечное отношение к клиентам, у него снижается стремление к самореализации, уверенность в своей компетентности, вера в успех.

В настоящее время феномен «психическое выгорание» в различных

отечественных и зарубежных исследованиях имеет разное звучание (эмоциональное выгорание, профессиональное выгорание, синдром профессионального сгорания и т.п.), но при внимательном анализе данных определений наблюдается схожесть трактовок. Согласно современным данным под «психическим выгоранием» понимается состояние физического, эмоционального и умственного истощения, проявляющееся в профессиях социальной сферы.

Р. Кочюнас даёт определение «синдрому выгорания» как «сложному психофизиологическому феномену, сопровождающемуся эмоциональным, умственным и физическим истощением из-за продолжительной эмоциональной нагрузки». По мнению ученых выгорание – динамический процесс и возникает поэтапно.

Психическое выгорание включает в себя три основных составляющих, проявляющихся поэтапно:

- ▶ эмоциональная истощенность;
- ▶ деперсонализация (цинизм);
- ▶ редукция профессиональных достижений.

Под эмоциональным истощением понимается чувство эмоциональной опустошенности и усталости, вызванное собственной работой. Деперсонализация предполагает циничное отношение к труду и объектам своего труда. В частности, в социальной сфере деперсонализация предполагает бесчувственное, негуманное отношение к клиентам, приходящим для лечения, консультации, получения образования и других социальных услуг. Клиенты воспринимаются не как живые люди, а все их проблемы и беды, с которыми они приходят к профессионалу, с его точки зрения, есть благо для них. Редукция профессиональных достижений представляет собой возникновение у работников чувства некомпетентности в своей профессиональной сфере, осознание неуспеха в ней. Иными словами, на последнем этапе специалист переживает утрату профессионального мастерства.

Описанные проявления профессионального выгорания представляют собой хорошо диагностируемые симптомы, поэтому сам феномен психического выгорания зачастую рассматривается как синдром. Синдром «выгорания» берет свое начало в хроническом повседневном напряжении, эмоциональном переутомлении, переживаемом человеком. Основные проявления «выгорания» сводятся к ощущению усталости, отсутствию сил, наблюдается сниженный энергетический тонус, падает работоспособность и появляются различные симптомы физических недомоганий, склонность к злоупотреблению успокаивающими или возбуждающими средствами и т.д. У профессионала появляется отрицательная психологическая установка в общении с партнерами (коллегами, клиентами, пациентами, руководством, членами семьи и друзьями). Это приводит к конфликтам и утрате веры в свои возможности как профессионала и может стать причиной смены жизненного сценария и полного отказа от профессиональной деятельности в избранной сфере.

Личностные характеристики, провоцирующие выгорание, В.Е. Орёл называет «катализаторами», а тормозящие его процесс – «ингибиторами» выгорания. Так, люди с определенными чертами личности (тревожные, чувствительные, эмпатичные, склонные к интроверсии, имеющие гуманистическую жизненную установку, склонные

отождествляться с другими) больше подвержены синдрому психического выгорания. «Ингибиторами» синдрома психического выгорания выступают оптимизм, высокая самооценка, интернальная Я-концепция, конфликтоустойчивость, увлеченность, проницательность, целеустремленность. По мнению многих исследователей, психическое выгорание в большей степени свойственно представителям помогающих профессий, чья работа связана с интенсивным, тесным общением с людьми, эмоциональным перенапряжением (врачи, священники, педагоги, юристы, социальные работники, психологи, психотерапевты и т.д.). От работников помогающих профессий требуются такие качества как коммуникабельность, эмпатия (проникновение во внутренний мир другого человека за счет сопричастности его переживаниям), принятие личных устремлений, инициатив и индивидуальных особенностей клиентов, гуманизм и милосердие.

Труд представителей помогающих профессий сопровождается достаточно интенсивным и длительным общением (особенно в случае оказания помощи в разрешении проблем и трудностей клиента). Все это требует больших психологических и физиологических затрат, а, следовательно, рано или поздно представители помогающих профессий начинают испытывать большое напряжение, а в последствии из-за больших перегрузок эмоциональное, физическое и умственное истощение. Как указывает В.Е. Орёл, одним из самых важных среди социально-психологических факторов, рассматриваемых в контексте выгорания, являются социально-психологические взаимоотношения в организации, как по вертикали, так и по горизонтали. Решающую роль в плане профилактики выгорания играет социальная поддержка от коллег и людей, стоящих выше по своему профессиональному и социальному положению, а также других лиц (семьи, друзей и т.д.). Отношение к своей профессиональной деятельности также является важным фактором, способствующим или препятствующим выгоранию, наряду с определенными установками по отношению к особенностям поведения реципиентов (учеников, больных, клиентов и т.д.).

Во многих исследованиях показана важность фактора «наличие обратной связи» как значимого элемента профилактики выгорания. Отсутствие обратной связи соотносится со всеми тремя компонентами выгорания, приводя к повышению уровня эмоционального истощения и деперсонализации и снижая профессиональную самооффективность. Кроме того, одним из важных факторов, взаимодействующих с выгоранием, является степень самостоятельности и независимости сотрудника в своей деятельности и возможность принимать важные решения. Профилактические, лечебные и реабилитационные мероприятия должны направляться на снятие производственного напряжения, повышение профессиональной мотивации, установление баланса между затраченными усилиями и получаемым результатом.

Мерами профилактики профессионального выгорания могут быть следующие условия организации деятельности:

- сотрудник не должен находиться долгое время один на один со своей профессиональной или личной проблемой, у него всегда должна быть возможность обратиться за помощью, советом к коллегам, супервизору;
- важна общая дружеская атмосфера поддержки и взаимопонимания в

- коллективе;
- организация супервизии как метода мониторинга душевного состояния и равновесия сотрудника, для своевременной корректировки отношения к работе;
- необходимо постоянно делиться своим опытом и проблемами с профессиональным сообществом;
- выгоранию препятствует постоянное осознание процесса работы, своего участия в нем, наращивание профессиональных качеств, постоянная рефлексия и концептуализация своего опыта переживаний, связанных с общением с клиентами;
- создание и внедрение обучающих программ по преодолению выгорания и развивающих программ, направленных на осознание и раскрытие творческого потенциала сотрудника, повышения его ощущения самозффективности.

Однако, существенная роль в борьбе с синдромом профессионального выгорания отводится самому сотруднику. Представляется целесообразным для профилактики профессионального выгорания необходимость:

- использование «технических перерывов», что необходимо для обеспечения психического и физического благополучия (отдых от работы);
- освоения путей управления профессиональным стрессом – изменение социального, психологического и организационного окружения на рабочем месте; построение «мостов» между работой и домом;
- освоение приёмов релаксации, визуализации, ауторегуляции, самопрограммирования;
- стремление профессионально развиваться и самосовершенствоваться (обмен профессиональной информацией за пределами собственного коллектива через общение на курсах повышения квалификации, конференциях, симпозиумах, конгрессах);
- уход от ненужной конкуренции (бывают ситуации, когда её нельзя избежать, но чрезмерное стремление к выигрышу порождает тревогу, делает человека агрессивным, что способствует возникновению профессионального выгорания);
- изменение установки по отношению к жизни, к ее смыслу, восприятие ситуации выгорания как возможности пересмотреть и переоценить свою жизнь, сделать ее более продуктивной для себя;
- поддержания хорошей физической формы (сбалансированное питание, ограничение употребления алкоголя, отказ от табака, коррекция массы тела).

Указанные профилактические меры способствуют повышению имеющихся у сотрудника жизненных ресурсов.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ.

Как правило, проблемы, с которыми сталкиваются подобные семьи, касаются социальной, правовой, материальной, медицинской, психологической, педагогической и других сторон ее жизни. При этом только один вид проблем встречается довольно редко, поскольку все они взаимосвязаны и взаимообусловлены. Поэтому причинные взаимосвязи отклоняющегося поведения детей, промежуточных рисков и рисков развития, как таковых, достаточно условны.

Исследование эмоционально-личностной сферы детей из малообеспеченных семей показало, что для их полноценного развития, социализации и интеграции в общество необходима не только материальная помощь со стороны государства, но и психолого-педагогическая поддержка семьи в целом, и с этой функцией может справиться дворовый клуб, организованный по типу семейного дворового клуба «Замандас» г.Астаны, где в ходе реализации экспериментальной программы было сформировано сотрудничество дворового клуба, общеобразовательной школы и семьи.

Увеличение количество подобных клубов позволит снизить напряжение в социально-уязвимых слоях общества. В беседе с директором ОФ «Замандас 21», которая представляла данные этого проекта, было сказано, что ни один ребенок, посещающий дворовый клуб не поставлен на учет за правонарушения, не было попыток суицида, отсутствует такое явление как буллинг. В любых педагогических ситуациях при работе с детьми из проблемных семей нужно помнить 4 ключевых принципа работы:

Прогнозирование. Будьте внимательны к проблемам своих воспитанников, чтобы вовремя оказать им необходимую поддержку. Нужно учиться решать проблемы на ранних стадиях, иначе придется вмешиваться в дела семейные и мучительно долго бороться с последствиями душевных травм.

Профилактика. Направляйте усилия на предупреждение проблемных ситуаций. В большинстве случаев у вас есть возможность избежать обострения трудностей.

Партнерство. Прежде всего, имеется в виду социальное партнерство, предполагающее глубинную работу с семьей. Основа такой работы — доверительные отношения.

Помощь. Вы можете содействовать самоорганизации семей, поддержать их стремление улучшить бытовые и психологические условия жизни ребенка.

Говоря о семейных дворовых клубах «Замандас» можно отнести следующие факторы: бесплатность, следовательно, доступность для всех детей из социально-уязвимых слоев: близость к дому, и возможность посещать кружки и спортивного, и эстетического направления, и образовательного одновременно; гибкость в организации социально-психологической помощи и детям, и родителям. В данных клубах один ребенок посещает от двух до пяти кружков, что помогает всестороннему развитию личности, эффективному использованию свободного времени, а порой, избегать конфликтных семейных ситуаций (т.к. в одной квартире может проживать несколько семей).

Семейные дворовые клубы «Замандас» соответствуют всем требованиям, предъявляемым к учреждениям дополнительного образования в РК. Организация социального опыта в детских общественных организациях протекает в определенных формах организации взаимодействия. Анализ различных современных подходов позволяет определить форму организации воспитательного взаимодействия как ограниченную по месту и времени структуру (конструкцию) взаимодействия детей и взрослых, позволяющую решить определенные задачи социального воспитания.

Список используемой литературы:

1. Курбатов В.И. 110 вопросов и ответов по теории и практике социальной работы. Учебное пособие. ООО «Издательство «КноРус», 2015г.
2. Медков В.М. Демография: Учебное пособие. Серия «Учебники и учебные пособия». - Ростов-на-Дону: «Феникс», 2002. - 448 с.
3. Тихомирова Е.И. Социальная педагогика. Самореализация школьника в коллективе. М.: Академия, 2005
4. Дивицына Н.Ф. Социальная работа с детьми группы риска. М.: Владос, 2008.
5. Дети Казахстана. Статистический сборник.- Комитет по статистике национальной экономики Республики Казахстан, Детский фонд ООН ЮНИСЕФ. – Астана, 2017
6. Кащенко В.П. Педагогическая коррекция: Исправление недостатков характера у детей и подростков. 2-е изд.—М.: Просвещение, 1994.—223с.
7. Райкова Е.Ю. Терапия и профилактика профессионального выгорания у представителей помогающих профессий // Молодой ученый. – 2011.
8. Freudenberger H.J. Staff burn-out // Journal of Social Issues, 1974.
9. Лэнгле А. Эмоциональное выгорание с позиций экзистенциального анализа: теоретическое исследование // Вопросы психологии
10. Орёл В.Е. Феномен «психического выгорания»: теория, проблемы диагностика // Орел В.Е. Структурно-функциональная организация и генезис психического выгорания: Автореф. ...д-ра пс. н. – Ярославль, 2005
11. Орёл В.Е. Феномен «выгорания» в зарубежной психологии. Эмпирические исследования // Психологический журнал
12. Гришина Н.В. Помогающие отношения: профессиональные и экзистенциальные проблемы // Психологические проблемы самореализации личности. – СПб.: Изд-во Спб. ун-та, 1997
13. Елдышова О.А. Профессиональное выгорание в помогающих профессиях // Роль служб экстренной психологической помощи по телефону в решении проблемы сиротства в России: I Международная конференция детских телефонов доверия 17–18 ноября 2006 г.: Сборник статей выступлений. – М., 2006.
14. Ронгинская Т. И. Синдром выгорания в социальных профессиях // Психологический журнал, 2002
15. Винокур В.А. Методика психологической диагностики профессионального «выгорания» в «помогающих» профессиях. [Электронный ресурс] // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. 2010. – N 1. / <http://medpsy.ru>.
16. Водопьянова Н.Е. Синдром выгорания. Диагностика и профилактика / Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова. – СПб.: Питер: Питер-принт, 2005