

Экстренное реагирование в кризисных ситуациях

Участившиеся в последнее время чрезвычайные и кризисные ситуации различного характера (криминогенного, техногенного и др.) остро ставят вопрос разработки и совершенствования моделей оказания психологической помощи населению. Система межведомственного взаимодействия отлажена не везде и не всегда. Бороться с кризисом приходится «точечно», собственными силами. Что взять на заметку школьной администрации?

**СИСТЕМА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ В КРИЗИСНОЙ
СИТУАЦИИ (ЭПП В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ)
предложена Е.В.БУРМИСТРОВОЙ директором центра
экстренной психологической помощи МГППУ**

Модель описана в статьях:

Управление в школах №36 (419), 16-30.09.2004

МОСКОВСКИЙ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ, 2006, № 4

В дальнейшем данная технология предлагается в методических
рекомендациях и учебно-методических пособиях до сих пор

Документ, который боится пыли Как составить антикризисный план

Кризис опасен своей непредсказуемостью. Но если предотвратить его можно не всегда, то быстро отреагировать, если он, не дай бог, случился в школе, поможет слаженная работа психологической команды под руководством директора образовательного учреждения.

Принципы оказания специализированной помощи

- 1. Неотложность специализированной помощи.**
- 2. Предвидение дальнейшего развития расстройств**
- 3. Пролонгированность (динамичность) специализированной помощи.**
- 4. Этапность и преемственность специализированной помощи.**
- 5. Ведомственная компетенция и межведомственная координация.**
- 6. Целесообразность.**
- 7. Территориальность.**
- 8. Очередность оповещения.**
- 9. Предупреждение негативных последствий для общего качества помощи, которые могут произойти в результате стрессовых расстройств и заболеваний среди специалистов.**

- Образовательное учреждение может сталкиваться с разными типами кризисных ситуаций.

К некоторым типам кризисных ситуаций можно подготовиться, другие практически не оставляют времени для планирования действий. Одни бедствия случаются в стенах школы, другие - за ее пределами. Эти факторы влияют на реакцию, вызванную кризисной ситуацией. Но независимо от типа ЧС учитель сталкивается с необходимостью точного планирования действий в соответствии с характером происшествия, а также предвидением поведения учащихся.

- Эффективное поведение в ситуации кризиса уменьшает то негативное влияние, которое он (кризис) оказывает на обучение и психическое здоровье ребенка. Оно позволяет быстрее вернуться к нормальному существованию и предотвращает появление психо-социальных проблем.

Обеспечение безопасности в образовательном пространстве включает три основных типа мероприятий:

- 1) подготовку и профилактику;
- 2) непосредственные действия в чрезвычайной ситуации и
- 3) после-кризисные меры.

Американские специалисты выделяют три уровня кризисного вмешательства:

- меры, предпринимаемые для предотвращения кризиса,
- минимизация непосредственных последствий кризиса,
- долгосрочные программы для жертв, в наибольшей степени пострадавших от кризиса (*Kennedy, 1999*).

Часто перспектива отдаленных последствий травматического события, которые могут затронуть как учащихся, так и педагогический персонал, недооцениваются школьной администрацией и даже психологическими службами.

Подчеркнем, что **школьный кризис** часто **является частью регионального**. Необходима координация работы с региональными анти-кризисными подразделениями. Когда общий план разработан, можно приниматься за «прорисовку» деталей (последовательность действий, ответственные лица, технические средства и пр.) [UCLA].

Возросшая частота экстремальных, чрезвычайных и кризисных ситуаций диктует необходимость создания служб экстренной психологической помощи. На наш взгляд, с учетом имеющегося мирового опыта (Израиль, Канада, США, Финляндия, Франция и т.д.), такая служба должна включать в себя три структурных элемента:

- школьные бригады специалистов экстренной помощи (антикризисные школьные бригады), состоящие из сотрудников школы, прошедших обучение и имеющих заранее установленные обязанности и полномочия;
- антикризисные подразделения на базе образовательных учреждений для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи (группа, являющаяся посредником между региональной ресурсной группой и отдельной школьной антикризисной бригадой);
- городской центр экстренной психологической помощи, основная деятельность которого направлена на научно-методическое сопровождение и координацию деятельности антикризисных подразделений.

В любой кризисной ситуации ресурсы всегда ограничены. Некоторые школы могут ощущать отсутствие достаточных условий для создания собственной антикризисной бригады. Однако вряд ли сегодня школа может себе позволить не быть готовой к ЧС. Каждая антикризисная бригада должна быть готова осуществлять следующие функции:

- выстраивать системы коммуникации и контролировать слухи;
- оказывать первую помощь (медицинскую и психологическую);
- проводить работу со СМИ;
- квалифицированно помогать в эвакуации и перевозке пострадавших;
- проводить индивидуальное и групповое консультирование;
- работать с последствиями ЧС.

За каждую из указанных функций должны отвечать один-два участника бригады. Контактная информация антикризисной бригады должна быть доступна для учащихся и учителей, то есть расположена на видном месте - около телефона, на доске объявлений и пр. И, конечно, для эффективности действия необходима скоординированная работа специалистов и добровольцев. Этой цели могут служить совместные учения и тренинги.

- Очень важно, чтобы работа школьной антикризисной команды проводилась при поддержке внешнего консультанта, оказывающего помощь как на стадии формирования команды, ее обучения, так и при действии в ЧС (по предлагаемой нами модели, этим специалистом должен быть представитель антикризисного подразделения или городской службы экстренной психологической помощи).
- В круг вопросов, решаемых представителем антикризисного подразделения, входят консультации и поддержка школьной антикризисной бригады, оказание помощи при проведении опросов, предупреждение синдрома сгорания у членов ШАБ. Консультант может работать вместе с членами ШАБ, предоставляя возможность обучения в процессе реальной работы.
- В программу обучающих семинаров обязательно включается теоретический и практический блоки. Это прежде всего лекции, дающие представление о кризисе, знания по оценке риска суицида, техники кризисного вмешательства для разных возрастных групп. В качестве обучающих материалов могут использоваться видеозаписи консультаций, управляющие программы, ролевые проигрывания ситуаций.

Шкала оценки угрозы суицида (Ромек и др., 2004)

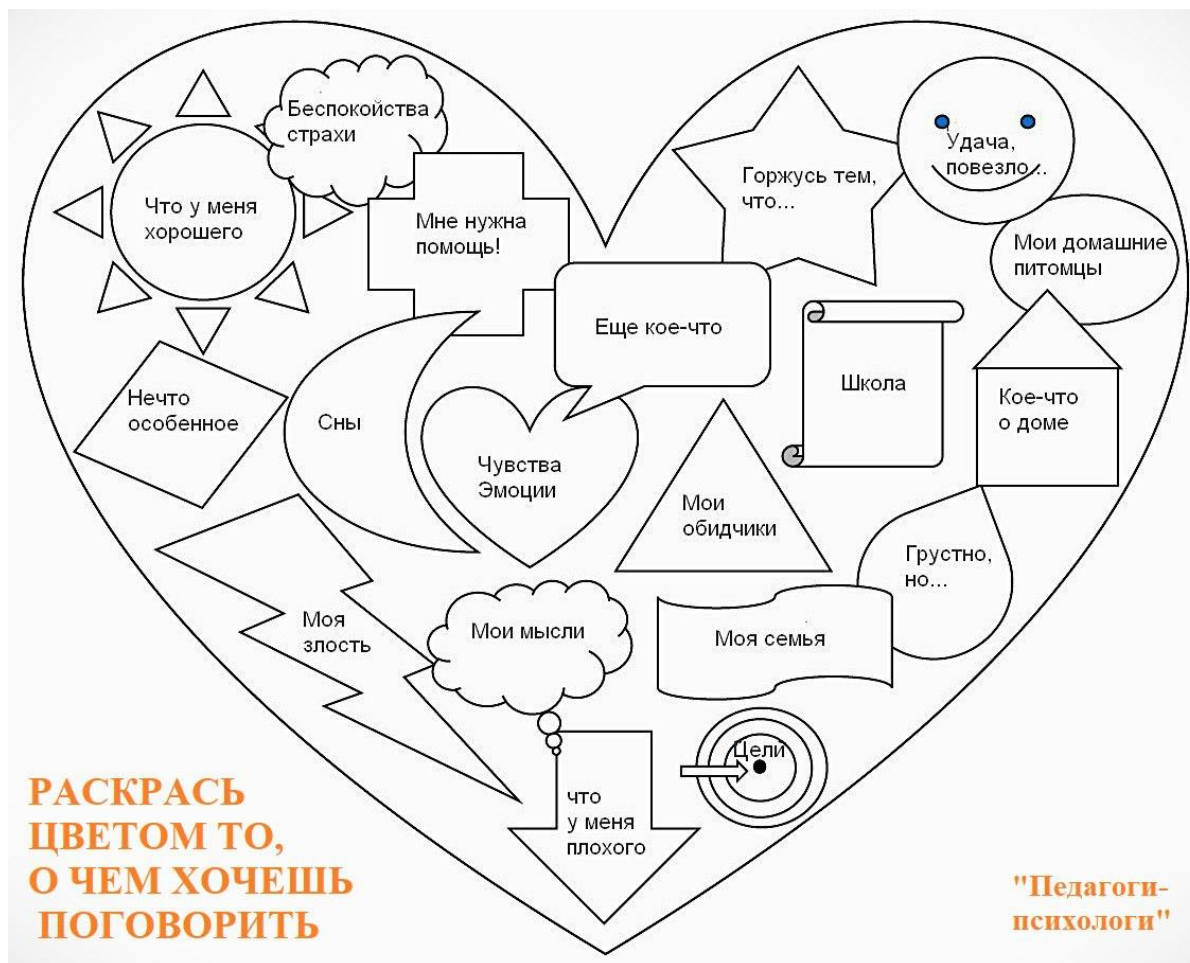
Пол	Мужской	
Возраст	12–24, 45 и выше	
Депрессия	Депрессивные состояния в прошлом, депрессия в настоящее время	
Предыдущие попытки	Да	
Зависимость от психоактивных веществ	Да	
Потеря рационального мышления	Иррациональное мышление, психотическое состояние	
Нехватка социальной поддержки	Нет семьи, друзей, круга общения	
Конкретный план	Время, место, способ	
	Летальность данного способа исполнения	
	Легкость его исполнения	
Отсутствие супруга (близкого человека)	Одинокий, овдовевший, разведенный, живущий отдельно	
Пол	Мужской	
Болезни	Хроническое заболевание, сопровождающееся сильными болями и/или утратой трудоспособности, подвижности с плохим медицинским прогнозом	
ИТОГО		
ОЦЕНКА (количество отмеченных пунктов)		
0–2	УРОВЕНЬ I	Невысокая степень суицидального риска 1
3-4	УРОВЕНЬ II	Средний уровень суицидального риска – необходимы интервенция и поддержка
5–6	УРОВЕНЬ III	Высокая степень суицидального риска – необходима антисуицидальная интервенция
7–10	УРОВЕНЬ IV	Очень высокая степень суицидального риска – требуется неотложная интервенция

Ядро такой бригады могут составлять собственные сотрудники школы, обладающие навыками и качествами, необходимыми для работы в команде (*Pines, 2001*).

Надо заметить, что **в условиях чрезвычайной ситуации только действий школьной антикризисной бригады может оказаться недостаточно**, не говоря уже о том, что сами ее члены в первую очередь становятся жертвами ЧС. Именно поэтому **важны связи с другими представителями служб практической психологии образования, располагающимися поблизости, а также с другими службами экстренного реагирования**. Окружное антикризисное подразделение может помочь найти и мобилизовать ресурсы для такой помощи.

- **Члены антикризисной команды должны иметь представление о естественных реакциях на стресс.** Разные люди могут реагировать по-разному в зависимости от возраста, индивидуальных особенностей, религиозных представлений, культурных ценностей.
- **Специалисты, образовательные учреждения учебного округа и более широкого сообщества должны быть включены в оказание помощи.** Часто бывает необходимой помощь родителям в понимании реакций ребенка на насилие и травму. Ребенок может переживать необоснованные страхи относительно будущего, расстройство сна, может заболеть и т.д.
- **Учителя и персонал также должны получить помощь по восстановлению самоконтроля, возможности справиться со своими собственными чувствами, тревогами, реакциями на кризис.** Консультирование и подробные беседы бывают столь же необходимы взрослым, как и детям.
- **Для учащихся в случае необходимости должна быть предусмотрена возможность как краткосрочного, так и долгосрочного консультирования после кризисной ситуации.** Помощь пострадавшим и членам их семей в деле возвращения в школьную среду. Часто школьные друзья не знают, как себя вести.

Как учитель может понять, о чем ребенок хотел бы поговорить?



- Необходима работа по созданию плана действий, направленного на помощь пострадавшим и одноклассникам по преодолению последствий ситуации.
- Учителя могут помочь учащимся справиться с ответными реакциями на ЧС целым рядом разнообразных форм деятельности в зависимости от возраста детей.
- **Для младшего школьного возраста** рекомендуется игра, которая всегда была неотъемлемым средством выражения чувств и переживаний ребенка; использование кукол (дети часто более свободно откликаются на вопросы куклы, более открыто рассказывают о происшедшем и о своих собственных чувствах); групповая дискуссия, элементы арттерапии; чтение вслух; активные игры.
- **В более старшем возрасте**, в средней школе могут быть применяться арттерапия, ролевое моделирование, телесноориентированная терапия, танцетерапия.

Что могут делать сформированные мобильные бригады помощи в условиях экстренного реагирования?

- Основная задача, которую решали психологи образовательных учреждений (школьных антикризисных бригад) и бригады мобильной помощи при центрах ППМС (психолого-педагогической и медико-социальной помощи) непосредственно после разрешения экстремальной ситуации, состояла в том, чтобы помочь одноклассникам, педагогам и родителям справиться с последствиями перенесенной стрессовой ситуации, выявить наличие и определить степень посттравматического стрессового расстройства.
- Перед психологами службы экстренной психологической помощи в первую очередь стояла задача просвещения педагогов по вопросам выявления посттравматических симптомов у детей. Важно было дать информацию родителям и педагогам о том, на каких уровнях происходят изменения в случаях наличия ПТСР.

- Реалии сегодняшней жизни говорят нам о том, что кризисные ситуации неизбежны, несмотря на все меры профилактики, а людям свойственны определенные способы реагирования. Именно поэтому важно помнить о том, что:
- подготовка - неотъемлемая часть эффективного реагирования в ситуации кризиса;
- не существует идеального плана и идеальной подготовки, который равно подходил бы всем школам и ситуациям;
- каждая школа должна сформировать свой проект, чтобы быть готовыми к действию в кризисной ситуации.
- С целью обеспечения психологической помощи в кризисных ситуациях необходимо четкое правовое разграничение деятельности различных ведомств и служб города, а так же определение порядка их взаимодействия.