

УДК Ю959

Психологическое сопровождение как система психологической помощи дезадаптированной личности

В статье обозначены критерии дезадаптационного состояния, выявлена специфика дезадаптированной личности как объекта психологической помощи, обоснован выбор психологического сопровождения как системы психологической помощи дезадаптированной личности.

Ключевые слова: дезадаптация, дезадаптированная личность, дезадаптационное состояние, кризис, система, психологическая помощь, психологическое сопровождение.

Внимание ученых к проблеме дезадаптации личности в последние десятилетия актуализировалось в связи с прогрессирующим развитием и углубление дезадаптационных процессов в обществе.

О степени углубления дезадаптации в обществе свидетельствуют прямые показатели, получаемые в результате психологических исследований по выявлению проблемы дезадаптированности личности, группы, и косвенные признаки дезадаптированности, фиксируемые различными социальными исследованиями (высокие показатели совершения противоправных действий, рост самоубийств; распространение явлений наркомании, алкоголизма и других форм «ухода от жизни»; симптомов хронической усталости; развитие процесса пассивизации населения, увеличение количества психических расстройств депрессивного спектра) [6,7].

В комплекс мер по оказанию помощи дезадаптированным гражданам, в рамках существующей нормативно-правовой базы, включены меры социального, психологического, психолого-педагогического характера. В данной статье интерес представляют психологические мероприятия.

Цель данной статьи - обосновать психологическое сопровождение как систему психологической помощи дезадаптированной личности.

Для достижения поставленной цели в статье представлены критерии дезадаптации как психологического состояния, и обозначена специфика дезадаптированной личности как объекта психологической помощи. Выявлены основания для выбора психологического сопровождения как системы психологической помощи дезадаптированной личности с учетом современных подходов к оказанию психологической помощи.

Статья продолжает исследование, проведенное на базе Центра социально-психологической помощи Сибирского государственного технологического университета города Красноярска (далее Центр), в результате которого было установлено: системность и индивидуально-ориентированный подход по отношению к дезадаптированной личности психологами различных служб не реализуются (помощь оказывается на общих основаниях, без учета специфики дезадаптационного состояния, эпизодически, не системно) [8].

Реализация индивидуально-ориентированного подхода сегодня, - приоритетный принцип при оказании психологической помощи. Для реализации данного подхода по отношению к дезадаптированной личности важно определить ее психологический статус, то есть ответить на вопрос, что нужно знать о личности и ее психологическом состоянии для оказания ей оптимальной психологической помощи.

В отечественной и зарубежной литературе понятие «психологическая дезадаптация» определяют как:

- нарушение жизненной ситуации человека, которое делает продолжение жизни на прежних основаниях невозможным («разрыв логики жизни»); прежний образ Я и мира перестает соответствовать реальности; утрата значимой ценности; субъективное ощущение «невозможности жить»; сопровождающееся тревогой, напряжением, отчуждением от себя и мира; возникновение необходимости изменения себя в мире и мира в себе [11];

- внутреннюю дегармонизацию взаимодействия личности с самой собой [3];

- «состояние затрудненной адаптации», дисгармоничное психологическое состояние, зафиксированное сознанием личности в определенный момент времени интегральное ощущение неблагополучия и дискомфорта [9];

- состояние внутреннего диссонанса, главным источником которого является противоречие между установками «Я» и опытом человека [12].

Так как в рамках психологической помощи психолог работает с состояниями (не со структурами) представим ряд существующих в литературе критериев дезадаптации как психологического состояния. Ученые выделяют:

- нарушение механизмов регуляции поведения, эмоциональную напряженность, потребность в самонаказании (аутоагрессии), суицидальные тенденции, наличие тревоги и психической напряженности; наличие попыток снятия тревоги и психической напряженности, оптимизации взаимодействия со средой с помощью различных форм регуляции [2];

- эмоциональное напряжение, нарушение эмоционально-волевой регуляции, конфликтность, некоммуникабельность, неадекватность самооценки, блокировка процессов самореализации личности [15];

- переживание эмоций горя, гнева, отвращения, презрения, страха, стыда и вины, комплекс аффектов тревожности, депрессии и враждебности, общего эмоционального дискомфорта [16];

- переживание длительных внутренних и внешних конфликтов без нахождения психических механизмов и форм поведения, необходимых для их разрешения [10];

- изменение поведения человека в среде социального окружения, ограничение способности справляться с социальными функциями или патологическая трансформация поведения, широкая гамма психоэмоциональных сдвигов: от негативно окрашенных переживаний до клинически выраженных психопатологических синдромов [1].