**Психосоциальные технологии в социальной работе**

***Психосоциальная технология*** *—* это психотехнология, интегрированная в систему социальной работы. Можно определить психосоциальную технологию и как социальную технологию, использующую психологические методы. Так или иначе, в психосоциальной технологии психологический инструментарий определяется целями и задачами социальной работы и адаптируется к ее организационным формам.

В соответствии с данным подходом можно выделить следующие **виды психосоциальных технологий**:

*превентивные —* направленные на профилактику психических и социальных девиаций;

*реабилитационные* — направленные на восстановление психики после полученного деструктивного влияния;

*социализирующие* — направленные на повышение социальной адаптации клиента;

*коррекционные* — направленные на исправление негативных тенденций в психике;

*интегративные —* оказывающие неспецифическое оптимизирующее влияние на психику. Они могут быть использованы как превентивные, реабилитационные, социализирующие и коррекционные. В потенциале интегративные психотехнологии, примененные в массовом воспитании, образовании и социальной практике, могут качественно повысить уровень психического здоровья и способностей человека и улучшить общество в целом.

В социальной работе психотехнологии используются в деятельности специализированных психосоциальных учреждений и социальных служб.

*Специализированная психологическая служба*, как правило, располагает необходимой материальной базой для психологической работы: оборудованными помещениями для тренингов и консультаций с соответствующей мебелью, аудио- и видеоаппаратурой. Она имеет возможность приобретения тестов и других психотехнологий, а также средств обеспечения психологических процедур: музыкальные программы, аудио- и видеоматериалы, программы для обработки данных, бланки и другие материалы. Кроме того, в ней работают высококвалифицированные психологи, как правило, имеющие узкую специализацию по какой-либо проблеме.

Таким образом, осуществлять специализированную психологическую помощь (семейное и профессиональное консультирование, глубинную психокоррекцию и др.) лучше всего в психологических службах у профильных специалистов.

Недостатком подобных учреждений является ограниченность организационных форм работы. Как правило, она реализуется по модели оказания амбулаторной медицинской помощи: индивидуальный прием, в результате которого назначаются процедуры, по которым имеются специалисты или необходимое оборудование. Психологическая помощь при этом осуществляется изолированно, без использования традиционных мер социальной работы: посещения, патронажа и назначения непсихологичсских видов помощи — лечения, отдыха, трудоустройства и др. Из-за отсутствия комплексного подхода к клиенту психологическая помощь может быть неэффективной.

*Включение специалистов-психологов в работу социальных служб*продолжает отечественную традицию социального развития предприятий, в которых совместно работали психологи, социологи, экономисты, специалисты по социальному планированию, по идеологической, культмассовой и организационной работе. Преимущество такой организации — в комплексном подходе к клиенту: психологические методы используются в сочетании с другими формами социальной помощи. Недостатком является невозможность оказания сложных и долговременных видов психологической помощи из-за невысокой квалификации специалистов и отсутствия материальной базы.

Возможность применения психотехник и психотехнологий широко используют специалисты гуманитарной сферы. В основном новейшие психологические методы применяют педагоги, социальные педагоги и специалисты по социальной работе. Проблема заключается в том, что они не имеют достаточной квалификации, чтобы интегрировать психологические методы в процесс педагогического и социального воздействия, обеспечивая его безопасность и эффективность.

Для того чтобы обеспечить эффективное использование психотехнологий в социальной работе, необходимо соблюдать следующие **организационные принципы**.

*1. Добровольность.* Психологическая диагностика, коррекция должны осуществляться на строго добровольной основе. Если получателем психологической помощи является несовершеннолетний, необходимо согласие родителей или лиц, их заменяющих. Исключением могут быть случаи, когда ребенок сам обратился за помощью.

* 2. *Научность.* Методы, применяемые для оказания психологической помощи, должны быть научно обоснованы.
* 3. *Профессионализм.* Психологические техники, технологии должны применяться профессиональными психологами.
* 4. *Внерелигиозность.* В социальной работе недопустимо применение религиозных практик, техник и ритуалов для оказания психологической помощи, недопустима подмена психологической помощи отправлением религиозных культов, а также привлечение священнослужителей в качестве агентов психологической помощи. В противном случае у человека с дезорганизованной психикой может возникнуть новая (религиозная) зависимость, часто основанная на страхе, что в результате лишь осложняет ситуацию. Многие религиозные организации используют психологическую помощь как средство вербовки новых адептов своих культов, так как человек с ослабленной психологической защитой особенно подвержен внушению и нерефлексивной вере.
* 5. *Субъектность.* Клиент психосоциальной работы — субъект са- моизменений, от целей, намерений, усилий которого будет зависеть ее результат. Подход к клиенту как к активному субъекту процесса предполагает четкую постановку целей, разъяснение методов и раскрытие механизма действия технологий. Человек получает средства для самоанализа, самодиагностики, отслеживания изменений и знания о возможностях самостоятельного использования психотехник.
* 6. *Тренинговый формат.* Контекст помощи меняется в психосоциальной работе на контекст самопомощи, предполагающий осознанность и активность клиента. Поэтому организация взаимодействия должна строиться как занятия, учеба, тренинг, курс, программа, т.е. как некоторый формат учебы. Тренинг, тренировка — форма освоения практических навыков, применяемая в спорте и уже освоенная практической психологией, — больше всего соответствует сути и результату применения психотехнологий. Ведущим в этом процессе является тренер или инструктор.
* 7. *Отбор клиентов.* Работа с интенсивными психотехнологиями предполагает отсев клиентов с низким уровнем физического здоровья, психическими аномалиями и низкой мотивацией само- улучшения.
* 8. *Технологизация и стандартизация программ.* В психосоциальной работе необходима разработка стандартных программ психологической помощи для определенных категорий клиентов, где четко технологизирован весь процесс. В результате составления, апробации, валидизации, технологизации и стандартизации таких программ возникает психосоциальная технология.
* 9. *Сочетание групповой и индивидуальной работы.* Процесс психологической помощи наиболее эффективен, когда применяются и индивидуальные, и групповые психотехнологии. Для стандартных программ наиболее подходящей является групповая форма работы. На стадиях предварительного консультирования, коррекции и поддержки, а также в особых случаях необходима индивидуальная работа.

При использовании психотехнологий в социальной работе психолог руководствуется также **методическими принципами.**

* 1. *Принцип постепенности.* Любое воздействие является определенной нагрузкой на психику, к которой человек должен адаптироваться. Мера таких нагрузок выражается в следующем: время работы, интенсивность процесса, периодичность процессинга, охват уровней психики, глубина погружения, объем группы, количество новых навыков, сложность новых навыков, количество коммуникаций, время последействия, необходимость домашних занятий и т.д. Все эти нагрузки должны возрастать постепенно.
* 2. *Принцип иерархичности.* Начинать интенсивный психологический процессинг необходимо с проработки телесного уровня (дыхания, тела, сна). Интегративный результат проявится на всех уровнях психики: эмоциональном, интеллектуальном, вплоть до духовного, в зависимости от индивидуального развития человека.
* 3. *Учет возрастных особенностей.* При работе с детьми и подростками необходимо учитывать психологические особенности данного возраста и не применять психотехнологии, рассчитанные на другой возраст.
* 4. *Комплексное использование психотехнологий.* В рамках одной психосоциальной программы могут сочетаться различные психотехники для обеспечения оптимального результата. При этом необходимо учитывать технологические принципы конструирования психотехнологий, совместимость психотехник в рамках одной программы.
* 5. *Наблюдаемость результатов.* Использование психотехнологий должно приводить к очевидному для самого человека и окружающих улучшению физического, психического и социального здоровья. Ненаблюдаемый результат означает отсутствие результата.
* 6. *Применимость.* Важной целью психологической помощи является применение клиентом полученных психологических навыков в жизни для ее улучшения. Психотехнологии должны иметь этот утилитарный аспект, быть технологиями гармоничной и счастливой жизни, а способы «домашнего употребления» этих навыков должны быть частью психосоциальной программы.
* 7. *Целесообразность.* Каждая программа должна иметь четкую цель, осознаваемую участниками и значимую для них.
* 8. *Просоциальная ориентация.* Прогресс в саморазвитии, не сопровождающийся адекватным ему прогрессом в коммуникации, приводит к изоляции человека. Поэтому все программы независимо от их целей должны включать технологии коммуникации и технологии взаимопомощи, выдерживать баланс интраиндивидуаль- ного и экстраиндивидуального развития.
* 9. *Природосообразность.* Как сложное системное образование психика имеет мощные ресурсы оздоровления и развития, поэтому наиболее эффективными будут технологии, использующие естественные механизмы, повышающие целостность человека как части природы.
* 10. *Системность.* Воздействие на любую часть психики приводит к изменению всей системы, поэтому необходимо отслеживать воздействие на всех уровнях психического.
* 11. *Культуросообразность.* При использовании психотехник необходимо учитывать культурную среду: язык, религию, доминирующую идеологию. Использование чуждых в данной культуре терминов, идей и способов коммуникации деструктивно.
* 12. *Психологический климат.* Для эффективной работы психолог должен создать общий психологический климат принятия другого человека, климат, в котором отсутствует суд и оценивание, климат, особенно важный в работе с психологическими техниками, когда каждый человек пытается проявить свою индивидуальность.

Эффективное применение психотехник и психотехнологий требует знания основных закономерностей и этапов психологического воздействия и трансформации. В процессе психотехнического воздействия независимо от его содержания можно выделить три обязательных этапа: активацию, трансформацию, интеграцию.

*Активация* — это подготовительный этап, необходимый для настройки, разогрева, энергетизации, т.е. приведения психики в определенный функциональный режим.

*Трансформация* — главная рабочая часть процессинга, ее задача: качественные изменения психики в соответствии с конструктивной целью. В психотехнологиях существуют два основных трансформационных процесса: продукция и очистка.

* • Продукция (создание новообразований) — это развитие, творчество, новые навыки, знания, смыслы, цели, переосмысление, переоценка, изменение отношения, актуализация потенциала, развитие способностей, освоение новых способов жизни и общения, приобретение нового опыта, создание продуктов, достижение целей, улучшение результатов деятельности. Новообразования могут произойти на всех уровнях психики; они осуществляются при помощи стимулирования развития в определенных направлениях.
* • Очистка (клиринг, катарсис) — это освобождение психики от груза деструктивного опыта, подавленных комплексов, ограничивающих идей, телесной и душевной боли, невыраженных эмоций, приводящих к дезинтеграции и болезням. Это целенаправленное устранение нарушений в психике. Наиболее известные процессы очистки — вербальный, телесный и эмоциональный катарсис.

*Интеграция.* В психотехническом смысле интеграция — это заключительная фаза любого трансформационного процесса, ее содержанием является приведение в новую целостность претерпевшей изменения психики, сборка, соединение в гармоничное состояние. На стадии интеграции нет действия — это последействие, наступающее спонтанно за счет собственных интеграционных процессов психики и за счет первичных ресурсов фазы активации. Интеграция — длительный процесс, наиболее интенсивная часть которого сравнима со временем трансформационной фазы (собственно интеграция), затем от нескольких часов до нескольких дней происходит менее выраженное последействие (так называемая сборка), и примерно месяц длится полная интеграция клирингового или творческого опыта.

Психотехнологии для детей и подростков.

При использовании детских и подростковых программ следует учитывать особенности возраста:

* - относительную сохранность естественных механизмов интеграции психики;
* - высокую скорость всех психических процессов;
* - низкий уровень развития сознания (открытость бессознательного и высокую внушаемость);
* - высокую спонтанность и пластичность;
* - жизнь в пространстве игры и творчества.

У детей 6—11 лет преобладают телесные, эмоциональные и творческие механизмы психической интеграции, развитие мышления находится на уровне предметно-действенного и образного, сфера сознания и связанного с ним произвольного регулирования поведения слаба.

Основными видами деятельности ребенка являются игра и учеба, общение также имеет в основном игровые формы. Это необходимо учитывать при конструировании психосоциальных программ для детей: все они должны иметь игровой формат, опираться на телесные техники и включать творческую работу с образами.

Все словесные инструкции должны минимизироваться, необходимо исключить оценивание и жесткие команды. Смысловая настройка должна иметь метафорическую форму: сказку, фантазию — и быть предельно обобщенной и положительной по содержанию. Сложные контексты преодоления, борьбы, а также темы страданий («страшная сказка») можно использовать лишь в специфических терапевтических целях (например, при реабилитации детей-беженцев, сирот и т.п.).

Детям необходима работа по диагностике и коррекции движений, отработке мышечных зажимов и блоков. Если существует блокировка в эмоциональной сфере, то необходимы эмоциональная активация и коррекция эмоциональной сферы. Эти технологические задачи интегрирует творческий процесс (танец, живопись, театр).

У подростков более выражено подавление эмоций, они уже не столько времени проводят в подвижных играх и творчестве. В связи с этим необходима более сложная корректировка дыхания, обучение навыкам саморегуляции, исправление нарушений процесса сна. Продолжительность занятий не должна быть более 2 часов.

Психолог должен обладать *профессиональной этикой*, т.е. придерживаться в своей деятельности специфических нравственных требований, норм поведения. В первую очередь это касается взаимоотношений с людьми, обращающимися за психологической помощью. Практический психолог не должен использовать методы, технику, процедуры, ущемляющие достоинство клиентов или их интересы. Он обязан соблюдать конфиденциальность — неразглашение сообщенных сведений. Ему следует информировать клиентов о целях работы и сути назначенных мер. При проведении психотерапевтических процедур психолог исходит из принципа ненане- сения вреда клиенту, соблюдает принципы деонтологии и врачебной этики. Психолог не должен использовать клиентов для решения своих личных проблем. Необходимо отметить, что в настоящее время нет юридических оснований для деятельности психологов, вследствие чего профессиональная этика специалиста является единственной гарантией от недобросовестной работы и злоупотребления.

В большинстве психотехнологий личность психолога является важнейшим фактором воздействия на клиента. В связи с этим кроме этических и профессиональных требований большое значение имеют человеческие качества психолога: физические, психические, социальные и духовные.

В целом профессиограммы психолога и социального работника совпадают. Кроме предусмотренных требований можно выделить следующие профессионально важные качества для специалистов по психотехнологиям.

*Высокая степень личностной интеграции —* это доминирование позитивного эмоционального состояния, положительное самовос- приятие и мировосприятие, высокая степень открытости и доверия, способность быстро преодолевать негативный опыт, осознанность, пластичность, высокая личная автономия, способность делать выборы и нести ответственность за них. Противоположными качествами являются низкий эмоциональный тонус, негативное отношение к себе и к миру, враждебность, недоверие, склонность к застреванию в негативных ситуациях, большое количество комплексов неполноценности, дезинтеграция и недостаточная осознанность поведения.

*Социальная успешность —* гармоничные социальные связи, удовлетворенность социальным окружением, высокий социальный статус, успешность в деятельности, социальная активность. Что касается требований профессиональной подготовки, то специалист, использующий в работе психотсхнологии, должен обладать совокупностью знаний и умений, предъявляемых к психологам.