**14 Трудная жизненная ситуация**

Можно выделить несколько уровней сложности, проживаемой человеком ситуации — от благополучных ситуаций обыденной жизни до «ситуаций выживания», которые традиционно характеризуются как «чрезвычайные». Человек определяет жизненную ситуацию как угрожающую самой возможности жить и удовлетворять свои основные потребности (в безопасности, привязанности, реализации жизненных планов, самоуважении, самоосуществлении). Определение уровня сложности проживаемой ситуации зависит не столько от ее объективных характеристик, сколько от особеннстей субъективного образа мира человека.

Человек проживает этот цикл в обществе и своей социальной группе. Наш социум таков, что люди, реализуя свои собственные цели и задачи, посвящают часть деятельности поддержанию жизнеспособности всего общества, т.е. занимаются творческой деятельностью. Такие люди и социальные группы относятся к категории социально активных элементов общества. К сожалению, в обществе существуют асоциальные индивиды и социальные группы, которые, пользуясь продуктами деятельности общества, не делают вклада в поддержание его жизни. Если доля асоциальных элементов превышает уровень, за которым прекращается ресурс жизнеспособности общества, начинается его распад как социальной системы.

**Основная цель социальной работы заключается**:

– в обеспечении достойного социального, материального и духовного уровня жизни населения;

– в удовлетворении социально гарантированных групповых и личностных потребностей различных (прежде всего социально уязвимых) слоев населения с учетом их социального положения, специфики их социальных проблем;

– в обеспечении социального, материального и духовного стандартов жизни людей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации.

В научной литературе можно встретить различную терминологию и характеристики социальных ситуаций (табл. 1.1).

В науке трудные жизненные ситуации рассматриваются как социально-психологические явления, поэтому предметом научных исследований являются вопросы социально-психологической особенности различных ситуаций, разработка стратегий и технологий их решения, выявление психологических закономерностей связи личности и ситуации. Социальная проблема может рассматриваться как противоречие, находящееся на определенной стадии своего развития, представляющее угрозу для нормальной жизнедеятельности общества. В области социальной работы не все проблемы оцениваются как объективно трудные. Профессионально важными для социальных работников становятся те, которые связаны с нарушением удовлет- ворения жизненных потребностей как принятых ценностей общества. Федеральным законом от 28.12.2013 № 442 «Об основах социального обслуживания населения в Российской Федерации» закреплено понятие «трудная жизненная ситуация» и право граждан, находящихся в трудной жизненной ситуации, на социальное обслуживание. В статье 1 говорится, что социальное обслуживание представляет собой деятельность социальных служб по социальной поддержке, оказанию социально-бытовых, социально-медицинских,психолого-педагогических, социально-правовых услуг и материаль-ной помощи, проведению социальной адаптации и реабилитации граждан, находящихся в трудной жизненной ситуации.

Понятие «трудная жизненная ситуация» определено в статье 4 как «ситуация, объективно нарушающая жизнедеятельность гражданина (инвалидность, неспособность к самообслуживанию в связи с преклонным возрастом, болезнью, сиротство, безнадзорность, малообеспеченность, безработица, отсутствие определенного места жительства, конфликты и жестокое обращение в семье, одиночество и т. п.), которую он не может преодолеть самостоятельно».

Таблица 1.1

Согласно Федеральному закону от 24.07.1998 № 124 «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (1998) детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации, признаны в том числе и дети с отклонениями в поведении; дети, жизнедеятельность которых объективно нарушена в результате сложившихся обстоятельств и которые не могут преодолеть данные обстоятельства самостоятельно или с помощью семьи. Исходя из практики социальной работы с клиентами социальных служб, можно отметить, что одни ситуации воспринимаются и пере- живаются «как проблематичные», другие как «трудные», а третьи — как «кризисные». В психологии используются четыре индикатора, с помощью которых описываются критические жизненные ситуации: стресс, фрустрированность, конфликт, кризис. Кризис характеризуется как обострение противоречия, «достижение потолка адаптивности», пессимизмом. Одновременно с этим кризисная стадия подталкивает к поиску выхода, переходу к более оптимистическим оценкам ситуации и поиску конструктивных способов выхода из ситуации. Кризис протекает по-разному, затрагивая разные стороны жизнедеятельности. Самый болезненный — это кризис смысловой сферы человека, который связан с утратой (потеря работы, потеря близких людей). Психологическое состояние в этом случае характеризуется разрушительными, аутодеструктивными проявлениями, отчаянием, депрессией.

Трудная жизненная ситуация характеризуется противоречием между ожиданиями человека и тем, что он получает, оказавшись в данных обстоятельствах и располагая имеющимися у него собственными возможностями. Независимо от условий люди могут по- разному относиться к своим трудным жизненным обстоятельствам, особенно к проблемам других.

**Большинство трудных жизненных ситуаций в жизни людей возникают в результате совокупного влияния трех факторов:**

а) объективных внешних условий, ситуации, которые можно назвать сложными или трудными;

б) групповых факторов определения ситуации как проблемной;

в) индивидуальных особенностей людей, связанных с их субъектив- ными оценками социальных ситуаций как трудных.

**Объективными** обычно называют те обстоятельства, которые неподконтрольны человеку, которые он считает независимыми от себя. Если человек интерпретирует свою жизненную ситуацию как трудную, то независимо от ее реального содержания она становится таковой по своим последствиям как для самого субъекта, так и для окружающих. В социальной работе к трудным жизненным ситуациям относят ситуации, в которых вследствие внешних воздействий или внутренних изменений происходит нарушение адаптации человека к жизни, в результате которого он не в состоянии удовлетворить свои основные жизненные потребности с помощью способов деятельности (поведения), выработанных в предыдущие периоды жизни. Нарушение сложившихся годами социальных отношений обуславливает необходимость изменений во внешнем и внутреннем мире человека, что является серьезным психологическим испытанием для личности. Инвалидность или тяжелая болезнь самого человека, потеря работы или места жительства, отсутствие средств к существованию, развод и т.д. — краткий перечень трудных жизненных ситуаций. Некоторые из них связаны с материальными проблемами, некоторые — с психологическими, другие обусловлены состоянием здоровья, негативным влиянием природных или техногенных факторов, социально-экономическими кризисами и т.д.

**Любая трудная жизненная ситуация может характеризоваться следующими показателями:**

– нарушением текущей социальной деятельности индивида (учебной, профессиональной, любой другой);

– неадекватностью поведения как откликом на новые условия жизнедеятельности;

– возникновением стрессовых состояний.

**К субъективным факторам трудной жизненной ситуации специалисты относят:**

– отсутствие сформированных моделей поведения в данной ситуации;

– недостаток необходимых знаний, умений и навыков для нормальной жизнедеятельности в новой ситуации;

– переживание невозможности человека приспособиться к новой ситуации; – изменение системы ценностных ориентаций в сложившейся ситуации и т.д.

Для более эффективного анализа и выстраивания плана действий в социальной работе для решения трудных жизненных ситуаций на основе различных критериев выделяют типовые ситуации, например:

– по возрастному критерию — ситуации детского, подросткового, юношеского возраста, пожилого, старческого;

– по психологической реакции на ситуацию — ситуации с адекватной, мобилизующей реакцией или наоборот;

Типы жизненных ситуаций могут быть обусловлены объективными причинами, такими как сиротство, малообеспеченность, инвалидность, миграция, безработица и т.д.

С правовой точки зрения выделяют ситуации, которые имеют законодательное определение, а также установлен правовой статус заявителя с закреплением правовых последствий (дети, оставшиеся без попечения родителей, люди с ограниченными возможностями, пенсионеры и т.д.). Существуют ситуации, за которыми закреплены законодательные определения (безнадзорность, семейные конфликты), однако отсутствует их правовой статус, что не позволяет использовать различные инструменты воздействия.

Психологи выделяют различные способы адаптации к трудным жизненным ситуациям: – избегающий способ поведения человека; – хаотичный, не учитывающий последствий ситуации; – конструктивный, учитывающий потенциал человека.

Трудная жизненная ситуация рассматривается как совокупность возможностей, когда существуют альтернативные варианты выхода из сложившейся ситуации. Ядром оказания помощи клиенту является активизация его спо- собности противостоять деструктивной силе жизненных трудностей, формирование адаптивности, которая помогает решать человеку сложные проблемы самостоятельно. Субъективное восприятие и переживание индивидом собственного бытия и составляет в совокупности его жизненную ситуацию. Восприятие ситуаций определяется потребностями, культурой, умственными способностями данного человека, что в значительной степени определяет появление и становление неблагоприятных, трудных ситуаций в жизни людей. В ситуациях, вынуждающих человека прибегать к социальной помощи, главную роль играет психологическая составляющая.

В связи с этим важно знать: – как человек относится к своей жизненной ситуации; – по каким признакам он оценивает ее как трудную; – что ее детерминирует. Для наиболее эффективного оказания помощи необходимы: – диагностика осмысления ситуации клиентом; – объяснение ситуации социальным работником; – согласование представлений и разработка программы помощи.

Работая с клиентом, специалист анализирует возникающие проблемы, совместно выявляет варианты их решения (пишет план деятельности) и преодоления. Активность человека в обычной ситуации сильно отличается от его поведения в трудной жизненной ситуации. Он вынужден действовать в новой ситуации хаотически, «методом проб и ошибок», и каждая оплошность вынуждает его все эмоциональнее относиться к сложной ситуации. Субъективно трудной может быть такая ситуация, которая по- требует от личности конкретной жизненной позиции. Трудная жизненная ситуация переживается человеком по-разному. С одной стороны, она может оказать деструктивное действие, повышая тревогу и депрессию, чувство беспомощности и отчаяния. А с другой стороны, наполнить жизнь смыслом, сделать ее более яркой и содержательной. В любом случае трудная жизненная ситуация болезненно переживается личностью и изменяет ее отношение к миру, к себе, к ценностям, что определяет различные жизненные стратегии, помогающие человеку выйти из трудной жизненной ситуации. Трудные жизненные ситуации приводят к значительным отрицательным последствиям для личности, это: – присутствие негативных эмоциональных переживаний (печаль, горе, обида, гнев, чувство вины); – изменение самооценки, формируется негативное самоотношение; – стремление к отгороженности от окружающего мира; – снижение круга общения, уменьшение социальных контактов.

Выделяется три наиболее частых типа поведения человека в стрессовых ситуациях: 1) подстройка под ситуацию без учета затраченных психологических ресурсов и целесообразности совершаемых изменений; 2) применение уже известных способов поведения независимо от меняющихся обстоятельств; 3) конструктивное преобразование ситуации, использование качественно новых стратегий поведения или перестройки старых. Два первых типа являются нетворческими, зачастую сопровождают- ся активизацией механизмов психологической защиты и препятствуют разрешению критической ситуации. Расширение репертуара стратегий продолжается за счет его пополнения конструктивными, творческими способами, что способствует повышению психологического здоровья личности. Для изменения своего поведения индивиду необходимо повысить социальную активность при выборе стратегии, средств и способов деятельности, направленных на достижение позитивных социальных изменений. Оказывая помощь клиенту, специалист изучает (проводит анализ) трудную жизненную ситуацию и пытается совместно с ним определить варианты решения проблемы (рис. 1.1).

Дифференцированный подход позволяет специалисту по социальной работе действовать с учетом особенностей клиента и его трудной жизненной ситуации. Этот подход позволяет оказывать действенную помощь не только отдельной личности, но и социальной группе со своими особыми интересами (например, одиноким пожилым людям, девиантным подросткам, гражданам без определенного места жительства и т.д.). Выбор форм социальной работы определяется не только конкретным содержанием социальных и индивидуальных проблем, но и типом социального учреждения, занимающегося их решением.