

СРЕДСТВА ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

О.А. Казакова

Самарский государственный университет

Инновационный для нашей страны характер специальности «Социальная работа», вызвал необходимость изучения методологических основ социальной работы, технологий социальной реабилитации, социальной профилактики, средств их профессиональной подготовки (монографии Л.Г. Гусяковой, В.И. Курбагова, А.И. Панова, М.В. Фирсова, Е.И. Холостовой).

Отмечая важность и социальную значимость этой профессии, многие ученые и практики обращают внимание на профессиональный риск, с которым встречается специалист социальной работы, это объясняется спецификой его деятельности. Профессиональная деятельность специалиста социальной работы, независимо от разновидностей исполняемых ее видов, относится к группе профессий с повышенной моральной ответственностью за здоровье и жизнь отдельных людей, групп населения и общества в целом. Стрессовые ситуации, в которые попадают эти специалисты в процессе сложного социального взаимодействия с клиентом, постоянное проникновение в суть социальных проблем клиента, личная незащищенность и другие морально-психологические факторы оказывают негативное воздействие на их здоровье.

Социальная работа как вид профессиональной деятельности требует от специалиста особых знаний, умений и навыков, а также личностных качеств, без которых осуществление социальной помощи практически невозможно. Среди значимых выделяют такие, как гуманистическая направленность личности, личная и социальная ответственность, обостренное чувство добра и справедливости, чувство собственного достоинства и уважение достоинства другого человека,

терпимость, вежливость, порядочность, эмпатичность, готовность понять других и прийти к ним на помощь, психо-эмоциональная устойчивость, адекватность и самооценка.

Социальная работа является сложным процессом, требующим прочных знаний в области теории управления социальной работой, экономики, психологии, социологии, педагогики, медицины, правоведения [5].

Социальная работа предъявляет жесткие требования к психофизиологическим особенностям специалиста и требует научно обоснованных методов профилактики их психо-эмоциональной устойчивости, стресса и синдрома эмоционального «выгорания».

Изучению феномена и детерминант эмоциональной устойчивости посвящены работы Л.М. Аболина [1; 2], он выделяет две основные группы факторов возникновения и протекания эмоциональной устойчивости: внешние (объективно существующие) и внутренние (субъективно существующие).

Внешние экстремальные условия, обозначаемые как «чрезвычайные раздражители», «стрессоры», «фрустраторь», «эмоциогенные» или «конфликтные» ситуации и т. п. Внутренние – физиологическая реактивность (эмоциональная возбудимость), свойства нервной системы (сила, подвижность, уравновешенность) и устойчивые психологические особенности личности (тревожность, экстра-интроверсия, организованность волевого контроля, акцентуация характера).

Любые условия могут стать напряженными в случае несоответствия психических, физиологических и других особенностей человека требованиям среды и деятельности. Эмоциональным параметрам отводится доминирующая роль в детерминации эмоциональной устойчивости. К таким параметрам Л.М. Аболин относит: содержательный или когнитивный (отражение объекта эмоций); качественный (знак, модальность эмоции); формально динамический (время и интенсивность переживаний); экспрессивный (выражение эмоций в поведении). Ученый пришел к выводу, что эмоциональная устойчивость не может быть отождествлена с какой-либо отдельной эмоциональной особенностью.

Во многом уровень эмоциональной устойчивости зависит от общего соотношения параметров. Не обнаружено однозначной зависимости между эмоциональной устойчивостью и перечисленными факторами; все эти факторы опосредованы процессом психологической регуляции. Причину эмоциональной устойчивости человека нужно искать в специфике его собственноотражательных и регуляторных функций, в частности, в специфике эмоциональной регуляции целостного профессионального действия. Таким образом главные причины эмоциональной устойчивости лежат, прежде всего, в полноте или дефекте структуры психической регуляции деятельности.

Исторически сложилось так, что проблема методов определения эмоциональной устойчивости возникла, прежде всего, из необходимости осуществлять психологический отбор специалистов, управляющих машинами и механизмами. В социальной практике особенно остро стоит вопрос о диагностике профпригодности молодого специалиста социальной работы. Отсутствие у них профессионально важных качеств, к примеру, психо-эмоциональной устойчивости, может привести к серьезным последствиям в профессиональной деятельности.

По мнению М.И. Дьяченко и Л.А. Кандыбович, психическая устойчивость (ПУ) – это сохранение продуктивного функционирования психики в кратковременной или длительной напряженной ситуации. ПУ – предпосылка преодоления трудностей, активного и безошибочного выполнения задач в сложной обстановке. Психическая устойчивость позволяет сконцентрировать и распределить внимание, ориентироваться, использовать знания, навыки, умения, выдержать большие внешние и внутренние нагрузки. Психическая устойчивость может быть относительно постоянной характеристикой личности. В этом случае она обеспечивается равновесием психических процессов, состояний и свойств личности, такой организацией ее внутреннего мира, при которой в трудной ситуации доминирующими оказываются высшие чувства и мотивы, положительные черты характера. Психическая устойчивость может быть и ситуативной. В структуре ситуа-

тивной психической устойчивости важное место занимают положительные мотивы поведения, сознательное самоуправление, правильная оценка обстоятельств [3].

Ученые дают определение эмоциональной устойчивости [3]; эмоциональная устойчивость (ЭУ) – неподверженность эмоциональных состояний и процессов деструктивным влияниям внутренних и внешних условий; эмоциональная устойчивость – интегральное свойство психики, выражающееся в способности преодолевать состояние излишнего эмоционального возбуждения при выполнении сложной деятельности; один из психологических факторов надежности, эффективности и успеха деятельности в экстремальной обстановке; качество личности, в экстремальных условиях обеспечивающее переход психики на новый уровень активности, что позволяет сохранить и далее увеличить эффективность деятельности [3].

Таким образом, можно с достаточной определенностью сказать, что психо-эмоциональная устойчивость – это интегральное свойство психики специалиста социальной работы, выражающееся в способности продуктивно функционировать, преодолевая состояние излишнего эмоционального возбуждения в напряженной ситуации. Психо-эмоциональная устойчивость уменьшает отрицательное воздействие сильных эмоциональных воздействий, предупреждает стресс, способствует проявлению готовности к действиям в напряженной ситуации.

По мнению А.В. Лейфа [4], важным компонентом социальной работы является использование средств физической культуры в восстановлении, сохранении и укреплении здоровья, достижении профессионализма, социализации, как самого специалиста, так и конкретного индивида или различных групп «риска», с которыми ему приходится взаимодействовать в профессиональной деятельности. При этом физическая культура должна быть направлена в первую очередь на специалиста по социальной работе, который в процессе профессиональной деятельности использует ее уже для решения социальных проблем «клиентов» или «группы клиентов».

Физическая культура, являясь наукой, затрагивающей физическую активность человека, накопила значительный опыт решения различных проблем, таких как формирование физической культуры личности и здорового стиля жизни, восстановление, сохранение и укрепление состояния здоровья, социализация человека средствами физической культуры и спорта и др. Однако проведенные исследования по изучению профессиональной деятельности специалиста социальной работы с различными «клиентами» показали, что многие идеи физической культуры, направленные на формирование физической культуры личности, физической активности и здорового образа жизни «клиентов», не используются в практической деятельности специалиста.

Физическая культура, отмечает Л.П. Матвеев [6], являясь основным видом общечеловеческой культуры, приводит к оптимизации физического состояния и развитию индивида в единстве с его психическим развитием на основе рационализации и эффективного использования его собственной двигательной активности в сочетании с другими культурными ценностями.

Исследования, проведенные А.В. Лейфа, позволяют находить возможности использования физической культуры в профессиональной деятельности специалиста социальной работы как для решения социальных проблем «клиентов», так и в профилактике психоэмоциональной устойчивости самого социального работника и повышения эффективности его профессиональной деятельности.

В процессе профессионально-прикладной физической подготовки студентов психоэмоциональная устойчивость может обеспечиваться путем: приобретения опыта волевого поведения в условиях эмоциональной напряженности, совершенствования физиологических процессов адаптации к стресс-факторам; выработки навыков, умений, привычек саморегуляции эмоциональной напряженности.

Для решения первой задачи наиболее эффективными средствами являются упражнения, моделирующие различные стрессовые ситуации и требующие мобилизации всех сил занимающихся для эффективного выполнения поставленной двигательной задачи в заданных

условиях. Решение второй задачи осуществляется путем упражнений в приемах изменения соматических и вегетативных проявлений эмоций (контроля и регуляции мимических мышц, мышц скелетной мускулатуры, специальных дыхательных упражнений) и способах отвлечения от эмоций, самовнушения – самоубеждения.

Литература

1. Аболин Л.М. Соотношение психологических и физиологических коррелятов эмоциональной устойчивости спортсменов // Вопросы психологии. – 1974. – № 1. – С. 30-32.
2. Аболин Л.М. Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека. – Казань: Изд-во КазГУ, 1987.
3. Дьяченко М.И., Кандыбович Л. А. Краткий психологический словарь: Личность, образование, самообразование, профессия. – Мн.: «Хэлтон», 1998.
4. Лейфа А.В. К вопросу о физической культуре в профессиональной деятельности специалиста по социальной работе//«Теория и практика физической культуры» – 2004. – № 6. – С.40-45.
5. Холостова Е.И. Профессиональный и духовно-нравственный портрет социального работника. – М.: Союз, 1994.
6. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет: Учебник для высших специальных физкультурных учебных заведений. 3-е изд. СПб.: Лань, 2003.