

БЪЛГАРСКИЯТ ОПИТ В КРИЗИСНАТА ПСИХОЛОГИЧЕСКА ИНТЕРВЕНЦИЯ

Монов Христо

Гл. ас. – факултет по начална и предучилищна педагогика, Софийски университет
“Св.Климент Охридски”

Докладът е посветен на теоретичните основи и добри практики за кризисна психологическа интервенция, разработени и прилагани от българските психолози. Разгледан е опитът на Военно медицинска академия, Института по психология на МВР, Лабораторията по авиационна психология и безопасност на полетите. Акцентира се върху практиката на Службата за психологическа помощ и подкрепа при природни бедствия, катастрофи и аварии към Института за подпомагане на интеграцията.

Изводът е, че в България има добра мрежа и високо квалифицирани специалисти за оказване на кризисна психологическа интервенция.

THE BULGARIAN EXPERIENCE IN CRISIS PSYCHOLOGICAL INTERVENTION

The report is about theoretical basics and good practices for crisis psychological intervention worked out and applied by the Bulgarian psychologists. It is described the experience of Military Medical Academy, Institute of Psychology of The Ministry of Interior, laboratory for aviation psychology and flight safety, etc. The report is focused on the practice of the Service of psychological help and support during natural calamity and accidents. In conclusion there is well-developed structure and high-qualified specialists in Bulgaria for giving a psychological intervention.

В написания преди 80 години труд “Историческият смисъл на кризата в психологията” Л.С. Виготски акцентира върху това, че психологията трябва да стане конкретна, практическа и приложна наука. Както винаги Виготски е проявил гения си да вижда много по-напред от съвременниците си. Последната четвърт на XX век и началото на новия XXI не родиха нито една значима или доминираща парадигма в психологията (освен може би оформящата се духовна, критична и т.н психология), но ни остана част от обществения и личен живот на човека, в която да не се прилага на практика психологическото познание. И ползата от това е двустранна. От една страна за психологията, защото “никое познание не може да бъде истинско, ако не е свързано със задачата да се трансформира реалността” [Martin-Baro, 1994]. От друга за човека, който среща все повече трудности и предизвикателства, за да се адаптира и за да живее качествено в новата реалност. Както и да наречем тази реалност – глобален свят, информационно общество или постмодерни времена, една от основните и характеристики е нейната повишена рисковост за живота, психичното здраве и развитие на човека.

Случилото се на 11 септември 2001 година е най-ярката илюстрация на основния парадокс на новата реалност – набиращия все по-голяма технологична мощ човек става все по-уязвим от собственото си поведение. Модерният човек живее с усещането за дебнещо го бедствие. Бедствието е внезапно настъпващо събитие с висока интензивност, което представлява реална опасност за живота и здравето на отделен човек, група от хора и големи човешки общности. То може да се преживее като психична травма и да промени нормалното функциониране на психиката, както в момента на случването си, така и в неопределен бъдещ момент. Бедствията биват предизвикани от природните сили (наводнения, земетресения, цунами и т.н) и предизвикани от човека. Вторите могат да се разделят на случайни (катастрофи, аварии, пожари) в резултат на човешка грешка и преднамерени (терористични актове, войни и военни конфликти, прояви на насилие и т.н), предизвикани от зла умисъл. И ако човек не е преживял подобно събитие, то многократно е виждал и чел в медиите за критични ситуации, негови близки и хора от неговото обкръжение, неминуемо са попадали в такива ситуации. Може да се направи извод, че бедствията са част от психичната реалност на днешното човечество и в голяма степен определят ежедневието му. От националната сигурност до сигурността на децата ни по

пътя към училище ние съобразяваме поведението си с възможността да настъпи бедствие или катастрофа като се стремим да ги предвидим, предотвратим и намалим щетите от тях.

Една от задачите в тази насока е да се повиши психичната устойчивост на хората към преживяването на бедствие. Безспорен е факта, че ако човек знае и може да се държи адекватно в кризисна ситуация, то бедите за него, неговите близки и цялата му общност биха били много по-малки. Това е едно голямо предизвикателство към съвременната психология – да помогне човекът да се справя в ситуация на бедствие, преживявайки най-малките възможни поражения върху психиката си. Част от отговора на това предизвикателство е разработката и приложението на добри социални практики за кризисна психологическа интервенция. На разработените и прилагани в България и от българските психолози практики за кризисна психологическа интервенция е посветен докладът ми.

Добрите психологически социални практики съчетават в себе си най-ценното от теоретичното психологическо познание и технологиите за неговото практическо приложение. Всяка добра социална практика съдържа миналото, сегашното и бъдещето на човешкия опит и опита на институциите в дадената проблемна област. Нейни същностни елементи са теориите и научните изследвания, практическия опит, който трябва да е повторям и с възможности за мултиплициране, институциите (гражданските, държавни, международни и частни) и работещите в тях специалисти. На тези елементи ще се спра в изложението си, но преди това е необходимо да се спра на съдържанието на понятието кризисна психологическа интервенция. То се приема за синоним на психологическата помощ и подкрепа при природни бедствия, катастрофи, аварии, войни и терористични актове. В специализираната литература се говори също така за помощ на хора, намиращи се в състояние на криза [Соловейчик, 2002] или за спешна, незабавна първа помощ за умственото здраве на човека [Ehly, 1986]. Тези понятия са частни по отношение на понятието психологическа помощ, чието съдържание е “обезпечаването на емоционална, смислова и екзистенциална подкрепа на човека и неговите общности, възникващи в хода на тяхното личностно и социално битие” [Бондаренко, 2000]. Кризисната психологическа интервенция осигурява ефективна подкрепа на жертвите на бедствия на “първа линия” и целта и е те да не доведат до психична травма [Everly, Flanery and Mitchel, 2000].

Енева [2005] определя принципите за провеждане на кризисната психологическа интервенция по следния начин:

1. незабавност на интервенцията. При нея решаващ фактор е времето;
2. провеждане в епицентъра или в близост на критичното събитие;
3. улесняване на разбирането за случилото се;
4. съсредоточаване върху разрешаването на неотложни проблеми и възвръщане на контрола над ситуацията;
5. насърчаване на доверието в себе си и другите сред оцелелите;
6. очакване, че жертвите ще се върнат към нормалното си функциониране;
7. краткосрочност”.

Осен световно признатите теоретични основи на кризисната психологическа интервенция българския опит се основава и на изследванията проведени под ръководството на проф. Г. Йолов от Централната лаборатория по психология при БАН и катедра “Психология”, на СУ “Св. Климент Охридски” през 70-те и началото на 80-те години на миналия век. [Йолов 1975, Йолов и колектив, 1977, Йолов, 1981, Йолов, 1989]. Тези изследвания допълват познанието ни за реакциите и поведението на човека при бедствия с характерните за различните възрастови, етнически и социални групи на българското общество отговори на настъпилото бедствие. Те дават възможност на работещите днес институции и специалисти в областта на кризисната психологическа интервенция да съобразяват действията си с особеностите на българската народопсихология и така да са по-ефективни.

В сегашния момент кризисна психологическа интервенция осъществяват няколко държавни институции. Едната е Центърът по психопрофилактика към Военно-медицинска академия. Той е създаден през 1993 г. и основните му задачи са превенция на посттравматичните стресови разстройства сред личния състав на българската армия и работа за преодоляване последствията от преживени критични ситуации. Центърът работи в тясно сътрудничество с ДА “Гражданска защита” при всички възникнали на територията на страната бедствени ситуации. Центърът е взел участие във всички мироопазващи мисии на българската армия: Камбоджа, Босна и Херцеговина, Афганистан, Ирак. При възникване на ситуации при изпълнение на мисиите сътрудници на Центъра са работили на терен с личния състав. След завръщане от мисии всички участници преминават дебрифинг в Центъра по психопрофилактика. Екипи на Центъра работиха в бежанските лагери на територията на Република Македония по време на Косовската криза и работата им беше много високо оценена от всички световно признати специалисти и институции в областта на кризисната психологическа интервенция.

Кризисна психологическа интервенция при критични произшествия се извършва от 2000 г. в Института по психология на МВР. От април месец 2002 г. към Института е създаден сектор “Психологична профилактика и консултиране”. Една от неговите основни дейности е оказването на психологическа помощ на служители след критични произшествия, както и интервенция при природни бедствия, аварии и катастрофи. На ниво министър е утвърдена “Програма за превенция и управление на професионалния стрес”. Други дейности в сектора са: превенция на професионалния стрес чрез обучение, психологично консултиране на служители на МВР и техните семейства, организационни консултации на екипи, както и насочване на служители за получаване на помощ от други звена.

Управлението на стреса при критични произшествия от психолозите в сектора се извършва по модела на Everly and Mitchel. Моделът е адаптиран и пригоден за работа в специфичния контекст на полицейската среда. Психолозите от сектора провеждат обучение на своите колеги от националните служби и регионалните дирекции на вътрешните работи. Секторът прилага и собствен модел за работа на терен при терористични актове, бедствия и аварии. От месец февруари тази година психолозите на Института по психология на МВР провеждат обучение в регионалните служби по пожарна и аварийна безопасност. Те включват теоретични и практически модули, разкриващи спецификата на стреса в огнеборската професия и управлението му, както и семинари посветени на травматичния стрес и неговото преодоляване. Секторът участва във всички учения на МВР, а Института като цяло е включен в плановете на МВР за действие при кризи.

Друго звено от мрежата за кризисна психологическа помощ в България е лабораторията по авиационна психология и безопасност на полетите към Отделението за медицинска и психологическа експертиза на Многопрофилна транспортна болница «Цар Борис III». Лабораторията съществува от 1982 година. В нея работят двама квалифицирани психолози, един психиатър и един авиационен лекар. Единият от психолозите е сертифициран авиационен психолог от Европейската асоциация по авиационна психология. Всички специалисти от лабораторията са преминали специализирани курсове на обучение CISM през 2003 и 2005 година в Грац под ръководството на Джефри Митчел. Също така те познават и прилагат европейския опит на MAIDAY, насочен към работата с летателни екипажи и ръководители полети. Работата на лабораторията по CISM (International Incident Stress Management) е насочена в няколко направления: предварителна подготовка за преживяване на кризисно събитие, която включва очакване на вероятно събитие и обучение по подобряване на възможностите за справяне и управление на стреса, както в индивидуален план, така и с различните групи служители чрез провеждане на периодични курсове и тренинги; изготвяне на система за мобилизация на специалисти, които да се включат при осъществяването на помощ при

настъпването на критично събитие; осъществяване на дебрифинги с участници в кризисни събития; оказване на индивидуална помощ след бедствие за намаляване на напрежението, симптомите на посттравматичния стрес; продължително наблюдение и при необходимост насочване към специализирана помощ на служители преживели критично събитие.

От 2001 година към Институт за подпомагане на интеграцията съществува служба за психологическа помощ и подкрепа при природни бедствия, катастрофи и аварии. Службата е доброволна и има подписан договор за съвместна дейност с ДА “Гражданска защита”. Методиката по която работят екипите на службата е усвоена от Турската психологическа асоциация. По нея през 2003 година беше проведен семинар за обучение на над 25 български психолози, работещи в различни държавни институции, университети и неправителствени организации. Основната цел на тази методика е да се повиши стабилността и да се подобри положението на пострадалите от бедствие. При нея психолозите се явяват посредник между нуждите на хората и организациите, които могат да им помогнат. По същество това е психо-социална работа, която включва голям екип от специалисти и представители на различни организации, държавни структури и доброволци. Може да се каже, че фактическата работа на Службата започна още през 1999 година, когато нейното ядро участва в кризисната психологическа интервенция за жителите на село Големо село, пострадали от крупна производствена авария, взела човешки жертви и предизвикала големи материални разрушения. Екип на службата работи също и по случая “Лим – 2004”. Психолози и доброволци от службата участват в ученията на ДА “Гражданска защита”. Съвместно с агенцията бяха обучени директорите на училища от София и Софийска област за оказване на психологическа помощ на децата в ситуация на бедствие. Един от основателите на службата Йорданка Енева е автор на първото ръководство за психологическа помощ при бедствия, аварии, катастрофи и пожари за ученици от I – XII клас. Авторът на този доклад е автор и на първия систематичен университетски лекционен курс по кризисна психологическа интервенция за бакалаври по Социална педагогика със специализация “Педагогически съветник”. Екипи и специалисти от Службата работят в тясно взаимодействие с държавните институции и други неправителствени организации при възникване на бедствия на територията на страната и в други страни.

В заключение може да бъде направен извода, че в България съществува добра мрежа за кризисна психологическа интервенция основаваща се както на научните изследвания в българската психология, така и на достатъчното високо квалифицирани специалисти. Необходимо е обаче да се подобри нормативната рамка за осъществяването на тази високо хуманна и полезна дейност. Така например кризисната психологическа интервенция не е предвидена като психо-социална дейност в закона за управление при кризи. Надявам се дискусиите на нашия конгрес да спомогнат за още по-добрите професионални и институционални взаимодействия за подобряване и обогатяване на опита ни в кризисната психологическа интервенция.

Литература:

1. Бондаренко, А.(2000). Психологическая помощ: теория и практика. Москва: Института психотерапии,
2. Енева, Й. (2005). Кризисна психологическа интервенция в ситуация на терористичен акт. – В сб. Публичност и тероризъм. София: УИ “Св. Климент Охридски”
3. Енева, Й. (2004). Психологическа помощ при бедствия, аварии, катастрофи и пожари. Сборник с образователни материали за обучение за действия при бедствия, аварии, катастрофи и пожари (I-XII клас). МС на Република България, Постоянна комисия за защита на населението при бедствия, аварии и катастрофи;
4. Йолов, Г.(1989). Бедствия и масова психика. София: Военно издателство
5. Йолов, Г.(1981) Опасност и психична промяна. София: Наука и изкуство

6. Йолов, Г.(1975). Личността в критични ситуации. София: Партиздат
7. Земетресението и амплитудите на психиката. (1977). Под ред. Йолов, Г. София: Партиздат
8. Соловейчик, М., Я. (2002). Кризис и основь кризисной интервенции. Мастерство психологического консультирования. Сб. Под ред. Бадхена А.А.
9. Ehly, S. (1986). Crisis intervention handbook. Washington: National Association of School Psychologists
10. Everly, Jr., Flannery G., Mitchel, J.T. (2000). Critical Incident Stress Management: A review of Literature. Aggression and violent behavior: a review of journal, 5, 23-40
11. Everly, Jr., Mitchel, J.T. (1999). Critical Incident Stress Management: a new era and standart of care in crisis intervention (2nd ed). Ellicott City, Md:Chevron
12. Martin-Baro, I. (1994). Writings for a Liberation Psychology. Cambrige, MA: Harvard University Press