

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

Психологические науки / Psychological Science
Оригинальная статья / Original Article
УДК 159.9
DOI: 10.31161/1995-0659-2022-16-3-105-109

Психологическая добровольческая помощь населению в период пандемии новой коронавирусной инфекции Covid-19

© 2022 Омарова П. О.

Дагестанский государственный педагогический университет
Махачкала, Россия; e-mail: brain1974@mail.ru

РЕЗЮМЕ. Цель исследования – изучить специфику добровольческой психологической помощи населению в 2020-2021 гг. в период пандемии новой коронавирусной инфекции COVID-19. **Методы.** Экспертная оценка, опросы добровольцев, массовые гугл-опросы участников. **Результаты.** В ходе экспериментального исследования выявлены некоторые особенности оказания психологической помощи населению, учет позволит совершенствовать содержание и методы волонтерской психологической помощи населению в условиях экстремальных и чрезвычайных ситуаций. **Выводы.** Добровольческая психологическая помощь населению с привлечением профессиональных психологов в качестве волонтеров в условиях пандемии новой коронавирусной инфекции стала эффективным средством поддержки в онлайн-режиме. Новым форматом оказания групповой психологической помощи выступили прямые эфиры в социальных сетях, способствовавшие актуализации запроса на психологическую помощь, диагностике актуальных проблем, психологическому просвещению по вопросам профилактики семейных конфликтов в условиях самоизоляции, получению психологических консультаций по оказанию родительской поддержки детей, переведенных на дистанционное образование, психологическому просвещению по широкому спектру проблем.

Ключевые слова: психологическая помощь, пандемия, волонтеры, добровольчество, новая коронавирусная инфекция COVID-19, онлайн-психология, самоизоляция.

Формат цитирования: Омарова П. О. Психологическая добровольческая помощь населению период пандемии новой коронавирусной инфекции COVID-19 // Известия Дагестанского государственного педагогического университета. Психолого-педагогические науки. 2022. Т. 16. № 3. С. 105-109. DOI: 10.31161/1995-0659-2022-16-3-105-109

Psychological Volunteer Support of the Population During the Covid-19 Pandemic

© 2022 Patimat O. Omarova

Dagestan State Pedagogical University,
Makhachkala, Russia; e-mail: brain1974@mail.ru

ABSTRACT. The aim of the research was to study the specifics of volunteer psychological assistance to the population in 2020-2021 during the COVID-19 pandemic. **Methods.** Peer review, volunteer surveys, mass Google surveys of participants. **Results.** In the course of the pilot study, some specifications for the provision of psychological assistance to the population were identified, accounting will improve the content

and methods of volunteer psychological support for the population in extreme and emergency situations. **Conclusions.** Psychological support of the population with the involvement of professional psychologists as volunteers in the context of the pandemic of a new coronavirus infection COVID-19 has become an effective means for online assistance. A new format for the provision of group psychological assistance was live broadcasts on social networks, which contributed to the actualization of the request for psychological assistance, the diagnosis of problems, psychological education on the prevention of family conflicts in conditions of self-isolation, the receipt of psychological consultations on the provision of parental support to children transferred to distance education, psychological education on a wide range of problems.

Keywords: psychological assistance, pandemic, volunteers, volunteering, new coronavirus infection COVID-19, online psychology, self-isolation.

For citation: Omarova P. O. Psychological Volunteer Support of the Population During the Covid-19 Pandemic // Dagestan State Pedagogical University. Journal. Psychological and Pedagogical Sciences. 2022. Vol. 16. No. 3. Pp. 105-109. DOI: 10.31161/1995-0659-2022-16-3-105-109 (in Russian)

Введение

Охватившая весь мир пандемия новой коронавирусной инфекции COVID-19 выступила в качестве катализатора многих социальных изменений, явившись одним из самых противоречивых и сложных угроз для существования человечества. Неготовность к такому глобальному воздействию на здоровье населения, отсутствие понимания ее специфики, способов реагирования, вовлеченность огромных масс населения, гигантская нагрузка на национальные системы здравоохранения, высокая смертность осложнялись полным отсутствием методов противодействия, глобальных алгоритмов, практических инструментов, способов лечения и реализации других направлений работы с населением на фоне распространения гигантского потока дезинформации.

Поскольку Россия была охвачена пандемией в целом на три месяца позже других стран, это стало фактором, способствовавшим некоторому пониманию возможных вариантов действий с целью снижения угрозы для жителей страны.

В марте 2020 года по всей стране стартовала Общероссийская акция взаимопомощи «Мы вместе», основной целью которой стало обращение к ресурсам волонтерства (добровольчества), получившего новый виток развития в связи с проведением в Российской Федерации Года добровольца (волонтера) в 2018 году.

В числе основных направлений акции выступили доставка продуктов населению, находившемуся в самоизоляции, психологическая и юридическая поддержка.

В рамках настоящей статьи остановимся на психологической добровольческой поддержке населения, ее формах и методах работы.

Целью нашего исследования являлось изучение особенностей организации волонтерской психологической помощи населению усилиями добровольцев – профессиональных психологов, а также студентов психологических факультетов в период пандемии новой коронавирусной инфекции COVID-19 в 2020-2021 гг. на материале Республики Дагестан.

Методы исследования: экспертная оценка, опросы добровольцев, массовые гугл-опросы участников. В исследовании приняло участие 230 человек. Добровольческая психологическая помощь населению осуществлялась на базе Республиканского штаба Общероссийской акции «Мы вместе», Психологического центра «Психфактор» Дагестанского государственного университета, Министерства по делам молодежи Республики Дагестан и психологической консультации добровольческого корпуса «Волонтеры инклюзии» на базе Дагестанского государственного педагогического университета.

Результаты исследования и обсуждение

Социально-психологическая готовность молодежи к добровольческой деятельности [1; 3; 4] является одним из основных ресурсов для решения социальных проблем населения в условиях неустойчивого мира. Пандемия новой коронавирусной инфекции COVID-19 стала глобальным вызовом, который актуализировал потребность в обращении к волонтерам в различных направлениях деятельности. Одной из таких сфер стала психологическая помощь населению усилиями добровольцев – профессиональных психологов с привлечением студентов психологических факультетов.

В рамках Общероссийской акции взаимопомощи «Мы Вместе» в Республике Да-

гестан был развернут Республиканский волонтерский штаб, на базе которого реализовывались различные формы добровольческой деятельности:

1. Доставка гуманитарной продуктовой помощи населению, которая аккумулировалась на базе логистического центра «Мараби» усилиями благотворительных фондов, предпринимательского сообщества, общественных организаций, неравнодушных граждан.

2. Информационно-коммуникационное добровольчество на «горячих» телефонных линиях.

3. Добровольчество в сфере оказания психологической помощи населению.

Последнее направление и стало фокусом нашего исследования.

Основными центрами психологической поддержки выступили:

1. Психологический центр «Псих-фактор» Дагестанского государственного университета.

2. Министерство по делам молодежи Республики Дагестан.

3. Добровольческий корпус «Волонтеры инклюзии» на базе Дагестанского государственного педагогического университета.

Поскольку Республика Дагестан с марта по июнь 2020 года находилась в режиме жесткой самоизоляции и правом передвижения по территории обладал ограниченный круг лиц и организаций, психологическая помощь была переведена в режим онлайн, что позволило добровольцам-профессиональным психологам работать с индивидуальными запросами населения практически с первых же дней пандемии.

Что касается групповых форм работы, они появились уже в апреле, так как запрос на психологическую поддержку значительно расширился. К числу таких форм работы можно отнести и новые форматы, ранее не использовавшиеся в системе психологической помощи, и традиционные методы, переведенные в онлайн-режим:

1. Традиционное групповое психологическое консультирование по запросам населения, спецификой которого стал онлайн-формат проведения. Психологическим центром «Псих-фактор» и другими волонтерами-психологами проведено около 350 бесплатных консультаций.

2. Проведение прямых эфиров Молодежной психологической онлайн-гостиной «Дверной косяк» Министерства по делам молодежи Республики Дагестан в социальных сетях для психологического просвещения по вопросам профилактики семейных и детско-родительских конфликтов в условиях жесткой самоизоляции с ведущими дагестанскими психологами Патимат Омаровой, Арсеном Джабраиловым, Серго Чипашвили и другими, к которым подключилось более трех тысяч человек. Участники эфиров смогли получить психологические консультации по проблеме самоизоляции, психологического сопровождения дистанционного образования, гармонизации семейных и детско-родительских отношений в период вынужденного нахождения дома.

3. Обучение и привлечение новых волонтеров-психологов усилиями добровольческого корпуса «Волонтеры инклюзии» Дагестанского государственного педагогического университета.

4. Проведение концертных выступлений с балконов жилых домов с участием профессиональных артистов (акция «#Концертсбалкона»), призванных создать позитивный эмоциональный настрой жителям республики в период жесткой самоизоляции.

Вклад дагестанских волонтеров-психологов в Общероссийскую акцию «Мы Вместе» был высоко оценен руководством Российской Федерации. Так, автор настоящей статьи была награждена Благодарностью Президента Российской Федерации Владимира Путина, а психологи Арсен Джабраилов, Загидат Гасанова, Далгат Магомедов – медалями Президента РФ «За бескорыстный вклад в организацию Общероссийской акции взаимопомощи «Мы Вместе».

Изучение характера индивидуальных и групповых запросов на проведение психологической помощи позволило сгруппировать их следующим образом:

1. Проблемы, связанные с проявлениями высокой тревожности, страхов, депрессивных состояний и эмоциональной неустойчивости, стрессом.

2. Переживания острого горя, вызванного потерей или заболеванием близких людей.

3. Семейные конфликты супружеских пар.

4. Конфликты в детско-родительских отношениях.

5. Психологические сложности дистанционного обучения школьников и студентов.

6. Проблемы, связанные с дефицитом эмоций и живого общения.

Следует отметить ряд специфических сложностей, с которыми столкнулись психологи:

1. Некачественная видеосвязь и технические проблемы при организации онлайн-деятельности.

2. Недостаточные возможности для оценки невербальных характеристик обратившихся граждан, снижающие диагностический потенциал онлайн-встреч и повышающих потребность в вербализации всех процессов.

3. Сложности в одновременном контроле для ведущего групповых встреч за всеми участниками из-за большого количества развернутых «окон».

В рамках эксперимента были проведены изучение экспертной оценки проведенной работы, опросы добровольцев и массовые гугл-опросы участников с целью выявления эффективности проведенной работы.

Проведение нашего пилотного исследования позволило сделать первичные выводы о специфике психологической поддержки населения в условиях глобальных вызовов:

1. Добровольческая психологическая помощь требует вовлечения профессиональных волонтеров-психологов по различным направлениям деятельности (психологического просвещения, психодиагностики, психологического консультирования, психокоррекционной работы). Онлайн-психологическая помощь населению в условиях пандемий может выступать как индивидуальном формате, так и в форме групповой работы.

2. Формами групповой работы выступают:

– проведение прямых эфиров в социальных сетях с целью психологического просвещения населения о методах профи-

лактики семейных конфликтов в условиях самоизоляции, психологическом саморазвитии, психологических аспектов дистанционного образования, развития нервно-психической устойчивости и снижения тревожности;

– организация группового психологического консультирования и онлайн-групп психологической взаимопомощи;

– активное вовлечение новых добровольцев в работу волонтерских психологических служб;

– повышение компетентности добровольцев в сфере организации онлайн-психологической помощи населению.

Выводы

Добровольческая психологическая помощь населению с привлечением профессиональных психологов в качестве волонтеров в условиях пандемии новой коронавирусной инфекции стала эффективным средством поддержки в онлайн-режиме. Новым форматом оказания групповой психологической помощи выступили прямые эфиры в социальных сетях, способствовавшие актуализации запроса на психологическую помощь, диагностике актуальных проблем, психологическому просвещению по вопросам профилактики семейных конфликтов в условиях самоизоляции, получению психологических консультаций по оказанию родительской поддержки детей, переведенных на дистанционное образование, психологическому просвещению по широкому спектру проблем.

В заключение хотелось бы отметить, что в настоящее время продолжается работа психологического направления в рамках деятельности Клубов «Мы вместе» по всей стране, а феномен психологического добровольчества в условиях глобальной пандемии продолжает изучаться с целью дальнейшей верификации полученных в исследовании данных.

Исследование проводилось в рамках проекта «Волонтеры инклюзии» Федерального проекта «Социальная активность» Национального проекта «Образование».

Литература

1. Зайнулабидов Б. М., Омарова П. О. Добровольчество как фактор воспитания старшеклассников // *Фундаментальные исследования*. 2015. № 2-15. С. 3365-3369.

2. Психологическое сопровождение пандемии COVID-19 / под ред. Ю. П. Зинченко. М.: Издательство Московского университета, 2021. 597 с.

3. Современные информационные и социально-психологические технологии добровольчества // Методические материалы по образовательной программе 1 форума Добровольческого движения Дагестана «ДДД (3D-формат) /

Под редакцией П. О. Омаровой. М.: Парнас, 2011. 196 с.

4. Шагурова А. А. Социально-психологическая готовность молодежи к волонтерской деятельности. Дисс. ... канд. психол. н. М.: РГСУ, 2013. 200 с.

References

1. Zainulabidov B. M., Omarova P. O. Volunteerism as a factor of education of high school students. *Fundamental'nye issledovaniya* [Fundamental research]. 2015. No. 2-15. Pp. 3365-3369. (In Russian)

2. Zinchenko Yu. P. (ed.) *Psihologicheskoe soprovozhdenie pandemii COVID-19* [Psychological support of the COVID-19 pandemic]. Moscow: Moscow University Publ., 2021. 597 p. (In Russian)

3. Omarova P. O. *Metodicheskie materialy po obrazovatel'noj programme 1 foruma Dobrovol'cheskogo dvizheniya Dagestana «DDD(3D-*

format) [Methodological materials on the educational program of the 1st forum of the Volunteer Movement in Dagestan DDD (3D format)]. Modern information and socio-psychological technologies of volunteering. Moscow: Parnas Publ., 2011. 196 p. (In Russian)

4. Shakurova A. A. *Social'no-psiologicheskaya gotovnost' molodezhi k volonterskoj deyatelnosti* [Socio-psychological readiness of youth for volunteer activity: Ph.D. thesis (Psychology)]. Moscow: RSSU Publ., 2013. 200 p. (In Russian)

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРЕ

Принадлежность к организации

Омарова Патимат Омаровна, кандидат психологических наук, профессор, декан, факультет специального (дефектологического) образования, Дагестанский государственный педагогический университет, Махачкала, Россия; e-mail: brain1974@mail.ru

INFORMATION ABOUT AUTHOR

Affiliation

Patimat O. Omarova, Ph. D. (Psychology), Professor, Dean, Faculty of Special (Defectological) Education, Dagestan State Pedagogical University, Makhachkala, Russia; e-mail: brain1974@mail.ru

Принята в печать 18.08.2022.

Received 18.08.2022.