

ОРГАНИЗАЦИЯ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ЭКСТРЕННОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ В СТРУКТУРЕ МЧС

Фурманов И.А. * д. психол. н., профессор, Рафальская Е.А.**

*Белорусский государственный университет,

**Командно-инженерный институт МЧС Республики Беларусь

e-mail: fourmigor@gmail.com, mail@kii.gov.by

В статье рассматриваются особенности организации экстренной психологической помощи гражданам, пострадавшим в результате теракта в г. Минске, и работникам Министерства по чрезвычайным ситуациям (МЧС), принимавшим участие в аварийно-спасательной операции по ликвидации последствий трагедии. При оказании экстренной психологической помощи пожарным-спасателям был сделан ряд специфических наблюдений, связанных с работой психологов и поведением получателей помощи. Обоснована целесообразность создания и предложена модель новой организационно-штатной структуры «Центра экстренной психологической помощи и поддержки» МЧС Республики Беларусь, включающая в себя существующую систему психологической помощи МЧС Республики Беларусь.

In article features of the organisation of the emergency psychological help in structure of the Ministry of Emergencies for the citizens injured with act of terrorism in Minsk and workers of the Ministry of Emergencies, taking part in rescue operation on liquidation of consequences of tragedy are considered. Some supervision at rendering of the emergency psychological help to firemen-rescuers are fixed. The expediency is proved and the model of new organizational-regular structure «the Center of the emergency psychological help and support» the Byelorussian Ministry of Emergencies which structure will include existing system of the psychological help of the Byelorussian Ministry of Emergencies is offered.

(Поступила в редакцию 15 августа 2011 г.)

В большинстве стран мира основной целью создания и функционирования профессиональных аварийно-спасательных служб является предупреждение возникновения и развития чрезвычайных ситуаций (ЧС), их ликвидация, а также снижение размеров ущерба и потерь от ЧС.

Однако, как показывает анализ работы аварийно-спасательных служб, если вести речь не о материальных, а о социальных и психологических последствиях для участников, то есть людей, вовлеченных в ЧС, то далеко не все службы предусматривают ликвидацию именно этих последствий [1]. В первую очередь это касается и спасателей, и пострадавших. Хотя, как утверждают специалисты по кризисной психологии в экстремальной ситуации, и те, и другие так или иначе становятся ее «жертвами» [1–4]. Именно поэтому в структуру профессиональных аварийно-спасательных служб включены подразделения, занимающиеся оказанием психологической помощи. Для этого существуют достаточно серьезные и научно обоснованные аргументы [5–12].

Чрезвычайная ситуация – это обстановка, сложившаяся на определенной территории в результате промышленной аварии, иной опасной ситуации техногенного характера, катастрофы, опасного природного явления, стихийного или иного бедствия, которые повлекли или могут повлечь за собой человеческие жертвы, причинение вреда здоровью людей или окружающей среде, значительный материальный ущерб и нарушение условий жизнедеятельности людей [13].

Иными словами, ЧС – это объективная ситуация, сложившаяся на определенной территории, где имеется воздействие каких-либо факторов, которые влияют на жизнь, здоровье людей и т. п.

Экстремальная ситуация – это внезапно возникшая ситуация, угрожающая или субъективно воспринимаемая человеком как угрожающая жизни, здоровью, личностной целостности, благополучию [7].

Таким образом, важно отметить, что современное понимание как ЧС, так и экстремальной ситуации, является человекоцентрированным. Человеческие жертвы, причинение вреда здоровью и нарушение условий жизнедеятельности людей являются ключевыми, и именно эти факторы становятся причиной **психической травмы** [7]. Для определения состояния человека, вызванного этими факторами используется понятие «**посттравматический стресс**» (ПТС), который определяется как реакция организма на событие, которое выходит за границы нормального человеческого опыта.

Существует классификация ситуаций, которые приводят к возникновению стресса [2, 3, 6, 7]:

1. *Природные:*

- климатические (ураганы, смерчи, наводнения);
- сейсмические (землетрясения, извержения вулканов);

2. *Вызванные человеком:*

- несчастные случаи:
 - на транспорте (автомобильном, железнодорожном, водном, авиа);
 - в промышленности;
 - взрывы (химические, на шахтах, военных складах);
 - пожары (ожоги, отравление дымом);
 - биологические (вирусные, бактериологические, токсемии);
 - химические (токсические газы, жидкости, твердые вещества);
 - ядерные (радиация, радиоактивное загрязнение);
- умышленные:
 - терроризм;
 - бунты, мятежи, социальные волнения;
 - войны.

В зависимости от тяжести, травматичности ситуации у ее участников может возникнуть «**посттравматическое стрессовое расстройство**» (ПТСР), которое характеризуется целым рядом негативных психологических симптомов и состояний. К основным из них можно отнести *симптомы повторного переживания* (повторяющиеся навязчивые негативные воспоминания о событии; повторяющиеся негативные сны, связанные с событием; внезапные поступки и чувства, вызванные «возвратом» в психотравмирующее событие; интенсивный психологический стресс при событиях, напоминающих или символизирующих травму), *симптомы избегания* (избегание мыслей, чувств и деятельности, связанных с событием; невозможность вспоминания деталей события; снижение интереса к деятельности, ранее вызывавшей у человека большой интерес; чувство отстраненности, отчуждения от других людей; обеднение чувств, отсутствие положительных эмоций, отсутствие планов на будущее), *симптомы повышенной возбудимости* (трудности засыпания, бессонница; раздражительность; гипербдительность; взрывные реакции; трудности при концентрации внимания; физиологические реакции на события, символизирующие или напоминающие травму) [2].

Кроме негативных психологических последствий, ЧС или экстремальные ситуации могут иметь и негативные социальные последствия. В частности, это алкоголизм, депрессия, трудности в обучении, освоении новых навыков, утрата прежних профессиональных умений. С учетом работы СМИ в ситуацию могут быть вовлечены люди, которые не принимали непосредственного участия в трагических событиях, но реагировали на нее сильными, травматическими переживаниями – члены семей, друзья, знакомые, сослуживцы.

Вышесказанное позволяет утверждать, что существующие в Республике Беларусь структуры, обеспечивающие безопасность человека (МЧС, МВД, скорая помощь и другие спасательные службы), нуждаются в психологическом кадровом и методическом оснащении их деятельности.

Произошедшие в нашей стране трагические события массового масштаба, такие как Чернобыльская катастрофа, трагедия на Немиге и в Краснополье, наводнения в Полесском крае, лесные пожары, давно привели специалистов к осознанию усиления роли психологов в предотвращении и снижении негативных последствий ЧС и экстремальных ситуаций для психического здоровья людей, переживших подобные события. В экстренной психологической помощи нуждаются как пострадавшие вследствие ЧС, родственники погибших и пострадавших вследствие ЧС, так и специалисты, работающие в условиях ликвидации последствий стихийных бедствий и катастроф.

После того, как 11 апреля 2011 года произошел взрыв в метро в г. Минске, в полной мере был задействован психологический аспект аварийно-спасательной операции. Деятельность психологов была направлена на удовлетворение потребности пострадавших вследствие ЧС, в получении профессиональной психологической помощи и поддержки.

Под **экстренной психологической помощью** понимается система краткосрочных мероприятий, направленных на регуляцию актуального психологического, психофизиологического состояния и негативных эмоциональных переживаний человека или группы людей, пострадавших в результате кризисного или чрезвычайного события при помощи профессиональных методов, соответствующих требованиям ситуации [4, 7, 14]. Основными целями экстренной психологической помощи являются стабилизация состояния пострадавших, снятие или уменьшение острых симптомов дистресса и восстановление независимого функционирования [9].

Для минимизации психологических последствий теракта на станции метро «Октябрьская» в период с 11 по 16 апреля 2011 года (круглосуточно) были задействованы психологи МЧС Республики Беларусь и представители Центра экстренной психологической помощи МЧС Российской Федерации: организована круглосуточная работа телефонов «Горячей линии» психологической помощи пострадавшим, их родственникам, а также очевидцам трагедии, оказана экстренная психологическая помощь 186 обратившимся; проведена групповая и индивидуальная психологическая работа с составом дежурной смены станции метро «Октябрьская», оказавшейся в эпицентре событий и принимавшей участие в ликвидации последствий взрыва.

После ликвидации последствий взрыва руководством МЧС Беларуси были приняты все меры по оказанию психологической помощи пожарным-спасателям. Основными задачами этих мероприятий являлись коррекция психоэмоционального состояния пожарных-спасателей после психотравмирующего события, минимизация стрессовых факторов, укрепление психологического, психического здоровья для последующего качественного выполнения своих профессиональных обязанностей. Для этих целей 14 апреля 2011 года с работниками дежурных смен Минского городского управления МЧС, задействованных в ликвидации последствий взрыва (ПАСЧ-1, ПАСЧ-2, ПАСЧ-4, ПАСЧ-5, ПАСЧ-11, ПАСЧ-12, ПАСЧ-19, ПАСО на объектах Минского метрополитена), психологами МЧС был проведен дебрифинг.

Дебрифинг – это метод групповой работы, который предусматривает анализ травматических переживаний и содержит три основных психотерапевтических элемента: вентиляцию эмоций в контексте групповой поддержки, нормализацию реакций и информацию о психологическом реагировании после перенесенного психотравмирующего события. Развитие техники дебрифинга связывают с именами Дж. Митчелла (США) и А. Дирегрова (Норвегия). Суть этого метода изложен в работах психологов Ф. Паркинсона, Н.Г. Осуховой, Л.В. Трубициной, Н.Ю. Федуниной и др. [1, 10, 11]). По мнению психологов Центра экстренной психологической помощи МЧС России, проводить психологический дебрифинг необходимо не ранее, чем через 48 часов после события, так как к этому моменту завершится период острых реакций, и участники событий будут в состоянии, при котором возвращается способность к рефлексии и самоанализу. Возможно проведение дебрифинга и в значительно более поздние сроки: от нескольких дней до нескольких недель после события. Считается, что эффективность процедуры в этом случае будет ниже [7]. Важно отметить, что при работе с психотравмирующим событием восстановление травмирующей ситуации (дебрифинг) яв-

ляется отправной точкой для начала излечения психики травмированного человека. Ситуация, которая сначала кажется экстраординарной, пугающей и в чем-то нереальной, невозможной, становится возможным, свершившимся событием в жизни человека и занимает свое место в ряду других событий. Во время обсуждения ситуации происходят осознание, эмоциональное отреагирование, а также переструктурирование происшедших событий в жизненный опыт. Во время совместного обсуждения ситуации образуется «общий фонд памяти», из которого каждый черпает недостающую информацию. Каждый участник рассказывает о том, что происходило с ним в момент события, где он находился и что делал, благодаря чему восстанавливается картина событий. Это одна из главных задач дебрифинга – дать участникам возможность более объективно увидеть ситуацию, что блокирует фантазии, подогревающие тревогу [14]. Чувства, высказанные одним членом группы, находят отражение у других, пробуждают новые. Все это объединяет, сплачивает группу, что и дает возможность лучшего понимания происшедших событий, осознания, отреагирования, принятия своих чувств, совладания с ситуацией [15].

Дебрифинг, проведенный с пожарными-спасателями, участвовавшими в ликвидации последствий теракта в метро г. Минска, подтвердил эффективность такого вида групповой психологической работы. Все пожарные-спасатели оценили процедуру дебрифинга как полезную, добровольно согласившись принять в ней участие. Открытости во время процедуры способствовало то, что дебрифинг проводился с каждым подразделением отдельно.

Проведенный нами анализ процедуры дебрифинга среди пожарных-спасателей позволяет зафиксировать следующие наблюдения:

- личное состояние пожарного-спасателя зависит от его психотравмирующего опыта;
- ЧС обостряет семейные проблемы;
- травматический опыт стал собственным переживанием каждого и дал возможность постепенного проживания травмирующего события и выработки конструктивных способов совладания с ним [12, 16];
- кроме травматического стресса, на пожарного-спасателя не менее весомо влияет так называемый организационный и кумулятивный (накопительный) стресс;
- эффективность слаженной работы подразделения зависит от совпадения формального и неформального лидерства в подразделении;
- для всех пожарных-спасателей была важна оценка их действий руководством;
- обратная связь после проведения дебрифинга снижает тревожность у участников.

В качестве экстремальных факторов, воздействующих на деятельность при ликвидации последствий теракта в метрополитене, пожарные-спасатели отметили следующие:

- вероятность повторного взрыва,
- дефицит времени,
- территория аварии – подземное сооружение (метрополитен),
- эмоциональная нагрузка (погибшие и раненые люди);
- высокая ответственность за выполняемую работу;
- физические опасные факторы ЧС (задымленность).

Таким образом, проведение дебрифинга среди работников МЧС обозначило ряд особенностей, вызванных последствиями ЧС. Эти данные крайне важны для организации целенаправленной психокоррекционной и психотерапевтической помощи пожарным-спасателям, требуют оперативного внедрения и заключаются:

- в наличии и доступности психолога в ЧС, что позволит снизить вероятность появления негативных психических состояний и стрессовых реакций у сотрудников МЧС из числа рядового и начальствующего состава, принимающих решения и действующих в ЧС;
- необходимости обучения навыкам психологической саморегуляции как рядового, так и начальствующего состава;
- регулярности санаторно-курортной реабилитации сотрудников МЧС для профилактики психологической и социальной дезадаптации, своевременной коррекции психологического состояния и улучшения качества жизни, повышения готовности сотрудников МЧС

к выполнению своих профессиональных обязанностей, что позволит снизить проявление психологических и соматических реакций на стресс;

– включении в структуру экстренной психологической помощи психологов из числа гражданских лиц, снижая недоверие со стороны сотрудников МЧС, и делая актуальным включение в систему оказания психологической помощи психологов из числа лиц гражданского состава, а также специалистов из структур системы образования, здравоохранения, социальной защиты;

– привлечении пожарных-спасателей, имеющих опыт участия в ликвидациих крупномасштабных катастроф к тренировкам, учениям в учебных заведениях, что позволит расширить репертуар действий курсантов МЧС в ситуации повышенного риска, спрогнозировать развитие событий, соблюдая спокойствие и реально оценивая обстановку.

Перспективными для исследований в области экстремальной психологии пожарных-спасателей, на наш взгляд, могли бы быть:

– психологическое сопровождение руководящих работников МЧС: динамическое наблюдение за психологическим состоянием руководящего состава МЧС в период прохождения службы, оценка развития индивидуально-психологических профессионально важных качеств и динамики мотивационной направленности; оценка готовности к самостоятельной реализации поставленных задач; выявление наличия и степени выраженности психологических последствий, связанных с профессиональной деятельностью;

– организация и научная разработка системы современных подходов к санаторно-курортной реабилитации сотрудников МЧС, сравнительный анализ эффективности санаторно-курортной реабилитации и особенности динамики психического состояния работников МЧС после санаторно-курортной реабилитации (из мировой практики известно, что у профессиональных спасателей после осуществления тяжелых спасательных мероприятий существует большая вероятность развития заболеваний на почве психологического перенапряжения, например, явная стенокардия, заболевания желудочно-кишечного тракта, нейродермит);

– участие молодых специалистов (пожарных-спасателей с опытом работы в подразделении до 1 года) в ликвидации крупномасштабных ЧС с массовой гибелью людей и выполнением спасательных работ с угрозой для собственной жизни. Проведенный дебрифинг позволил предположить, что число молодых специалистов в ликвидации крупномасштабных ЧС не должно превышать соотношения: 1 пожарный-спасатель на 2–3 первичных подразделения в целях минимизации психоэмоционального напряжения при работе подразделения;

– определение успешности социально-психологической адаптации к служебной деятельности работников МЧС, так как, в отличие от работников других профессий, ощущение определенного внутреннего напряжения у сотрудников МЧС является частью каждодневной работы. Такое напряжение появляется, когда находишься в одном месте, но знаешь, что через час надо быть в другом. Это осознание обязательности создает определенное психическое напряжение, усиливает склонность к риску, что, возможно, усугубляет профессиональную деятельность работников МЧС и требует активных адаптивных способностей.

По мнению авторов, направление оказания экстренной психологической помощи является приоритетным. Ее концептуальное и методическое обеспечение, а также создание и использование продуктивных форм психотерапевтического взаимодействия для сотрудников МЧС, составной частью профессиональной деятельности которых являются экстремальные ситуации и риск, особенно значимо и актуально.

Методы психологической помощи и поддержки зависят от множества факторов как субъективного, так и объективного характера: индивидуально-психологических особенностей личности (или группы), ее (его) жизненного опыта, состояния, а также характера и тяжести события и т. п. Это означает, что жесткого пути организации экстренной психологической помощи нет. Вместе с тем, последствия ЧС, носящих экстремальный характер, свидетельствуют о **целесообразности организации** в МЧС Республики Беларусь новой организационно-штатной структуры – «Центра экстренной психологической помощи и поддержки» МЧС Республики Беларусь, в состав которой может войти и существующая система психологической помощи МЧС Беларуси.

Модель психологической помощи и поддержки (рис.), предлагаемая нами в данной статье, может быть представлена **двумя блоками**: *группой экстренного реагирования* (или мобильной бригадой [5, 10]) и *группой психологического сопровождения*, включающей себя существующие основные направления работы психологической службы МЧС. Указанные группы имеют две взаимосвязанные цели:

- помощь специалистам, участвующим в ликвидации ЧС (постоянно);
- помощь пострадавшим в результате ЧС (при ЧС).

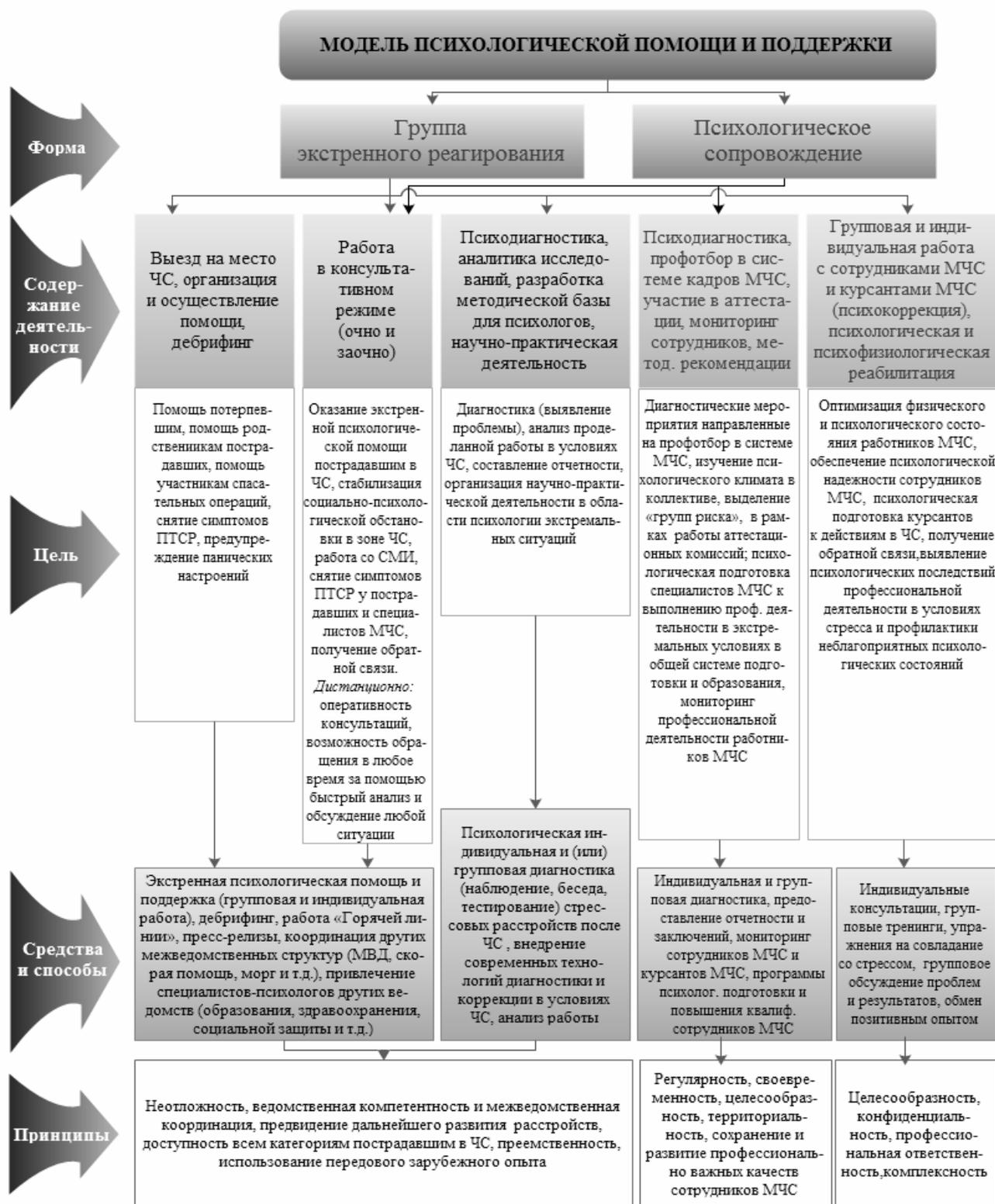


Рисунок – Модель психологической помощи и поддержки

Группа экстренного реагирования – новое структурное звено в организации психологической помощи, которое позволит реализовать комплекс мероприятий по стабилизации социально-психологической обстановки в зоне ЧС, оказанию экстренной психологической помощи пострадавшим в ЧС, профилактике возникновения негативных социально-психологических последствий у пострадавших и специалистов МЧС.

Учитывая размеры и географическое расположение Республики Беларусь, создание мобильной бригады в рамках «Центра экстренной психологической помощи и поддержки» позволит экстренно оказывать помощь пострадавшим как непосредственно в зоне ЧС, так и вокруг нее (на территории временных пунктов помощи, в местах сбора родных и близких пострадавших, в местах траурных мероприятий), обеспечит восстановление работоспособности сотрудников МЧС после возвращения с мест ЧС. Так, в своих исследованиях Л. Крок, указывая на необходимость организации службы ранней экстренной психологической помощи, отмечает, что пострадавшие, получившие психологическую помощь на ранних этапах непосредственно на месте события, значительно меньше страдают от психических осложнений [17].

Группа психологического сопровождения, по мнению авторов, расширит уже сложившуюся организацию психологической работы в структуре психологической службы МЧС новыми направлениями деятельности:

- межведомственным взаимодействием в условиях ЧС;
- информационно-психологической работой с населением и СМИ в ЧС;
- психологической подготовкой курсантов, специалистов, руководителей к работе в условиях ЧС;
- санаторно-курортной реабилитацией сотрудников МЧС;
- научно-исследовательской деятельностью.

В ходе реализации данной модели психологической помощи и поддержки возможно решение следующих задач:

1. Психодиагностика состояния пострадавших в результате ЧС, персонала, работающего в условиях ликвидации последствий ЧС, и специалистов МЧС до и после воздействия стресс-факторов.
2. Профилактика стрессовых реакций и социально-психологической дезадаптации у работников МЧС.
3. Обучение методам и приемам саморегуляции в повседневной и профессиональной деятельности работников МЧС, повышение их работоспособности.
4. Определение общей готовности к выполнению поставленных задач работниками МЧС в условиях служебной деятельности, исследование социально-психологического климата в коллективах, повышение эффективности работы аттестационных комиссий.
5. Повышение качества профессионального отбора как одного из наиболее эффективных средств профилактики правонарушений среди сотрудников МЧС, сокращение случаев неоправданно рискованного поведения при проведении аварийно-спасательных работ и профессиональной дезадаптивности личного состава.
6. Психологическая и психофизиологическая санаторно-курортная реабилитация сотрудников МЧС с целью минимизации психологических последствий профессиональной деятельности в условиях стресса и профилактики неблагоприятных психологических состояний.
7. Создание новых и внедрение существующих учебных программ для работников МЧС по психологической подготовке: первоначальной, в рамках повышения классности и повышения квалификации личного состава.

Исходя из изложенных задач, нельзя не остановиться на проблеме подготовки кадров – профессиональных психологов, способных оказывать квалифицированную психологическую помощь как спасателям (работникам МЧС), так и пострадавшим. Участие белорусских психологов в различных программах и мероприятиях по оказанию помощи пострадавшим свидетельствует о том, что такой опыт накоплен, разработан целый ряд методик и конкретных рекомендаций. Остается решить вопрос межведомственной разобщенности и инте-

грации сторон, способных реализовать проект создания «Центра экстренной психологической помощи и поддержки» МЧС Республики Беларусь.

Наиболее оптимальным, по мнению авторов, является создание и функционирование «Центра экстренной психологической помощи и поддержки» на базе одного из учреждений образования МЧС Республики Беларусь. Это позволит:

– осуществлять работу по психологическому обеспечению хода аварийно-спасательных работ, оказанию своевременной и доступной психологической помощи пострадавшим в ЧС;

– реализовать комплекс психодиагностических и социально-психологических исследований, разработку и внедрение системы психологической подготовки и реабилитации работников МЧС к работе в условиях ЧС;

– оказывать научно-методическую помощь и осуществлять координацию деятельности специалистов, работающих в условиях ЧС;

– даст возможность реализовать совместные образовательные программы для психологов, педагогов-психологов, студентов и волонтеров, оказывающих психологическую помощь в других ведомственных структурах (образовательных, медицинских, правоохранительных и др.);

– станет дискуссионной площадкой для специалистов, занимающихся экстремальной психологией, позволит организовывать и проводить на базе учреждения образования мероприятия, направленные на психологическую подготовку работников МЧС Республики Беларусь к выполнению своих профессиональных обязанностей в общей системе подготовки и обучения.

Межведомственное взаимодействие в рамках координационной работы «Центра экстренной психологической помощи и поддержки» на базе учреждения образования позволит усилить работу по предвидению и предупреждению возникающих опасностей, противодействовать им на ранней стадии проявления.

Таким образом, создание «Центра экстренной психологической помощи и поддержки» с целью осуществления комплекса мероприятий по психологическому сопровождению деятельности работников МЧС и оказанию экстремальной психологической помощи пострадавшим при ЧС позволит сохранять психическое, эмоциональное, физическое благополучие, обеспечивая высокую надежность профессиональной деятельности сотрудников МЧС, и своевременно оказывать помощь людям, пострадавшим в результате ЧС.

ЛИТЕРАТУРА

1. Федунина, Н.Ю. Экстренная психологическая помощь : законы жанра // Московский психотерапевтический журнал : теоретико-аналитическое издание. Специальный выпуск : экстренная психологическая помощь. – 2006. – № 4 (51). – С. 6–25.
2. Посттравматическое стрессовое расстройство. Диагностика и реабилитация. Ч. 1 : метод. рук-во / ЦЭПП МЧС России. – М., 2006. – С. 72.
3. Психология экстремальных ситуаций : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Т.Н. Гуренкова [и др.] ; под общ. ред. Ю.С. Шойгу. – М. : Смысл ; Академия, 2009.
4. Крюкова, М.А. Экстренная психологическая помощь : практ. пособие / М.А. Крюкова, Т.И. Никитина, Ю. Сергеева. – М., 2001. – 494 с.
5. Бойко, Ю.П. Научное обоснование стратегии развития психотерапевтической и медико-психологической помощи в чрезвычайных ситуациях и при их последствиях : метод. рекомендации (№ 32) / Ю.П. Бойко [и др.]. – М. : Комитет здравоохранения ; Правительство Москвы, 2001.
6. Психологическая подготовка специалистов МЧС России (на примере психологической подготовки спасателей в рамках повышения классности) : метод. рекомендации / под общ. ред. Ю.С. Шойгу. – М., 2009. – 389 с.
7. Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных / под общ. ред. Ю.С. Шойгу. – М. : Смысл, 2007. – С. 15.
8. Василюк, Ф.Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций) / Ф.Е. Василюк. – М., 1984.

9. Пергаменщик, Л.А. Введение в кризисную психологию : курс лекций / Л.А. Пергаменщик. – Минск : БГПУ, 2005. – С. 64.
10. Паркинсон, Ф. Посттравматический стресс : спасательные команды и добровольцы / Ф. Паркинсон // Антология острых переживаний : социально-психологическая помощь. – М., 2002.
11. Трубицина, Л.В. Процесс травмы / Л.В. Трубицина. – М. : Смысл, 2005.
12. Healy, J.M. Emotional Adaptation to Life Transitions : Early Impact on Integrative Cognitive Processes / J.M. Healy // Personal Psychology. Buss.N.Cantor Eds. – NY, 1989.
13. О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера : Закон Респ. Беларусь, 05.05.1998, № 141-3 // Нац. Реестр правовых актов Респ. Беларусь. – 2001. – 2/673.
14. Бурмистрова, Е. Методические рекомендации по преодолению кризисных ситуаций в образовательной среде / Е. Бурмистрова, В. Хайлова, Н. Федунина // Школьный психолог. – 2005. – № 16. – С. 31.
15. Миллер, Л.В. Научно-практические и прикладные аспекты деятельности Центра экстренной психологической помощи ИЭП МГППУ : сб. статей / отв.ред. И.А. Баева. – М. : Экон-информ, 2011. – С. 21–54.
16. Parsons, A. Overachievement and coping strategies in adolescent males/ A. Parsons, E. Frydenberg, C. Poole // British Journal of Educational Psychology.– 1996. – V. 66, part 1.
17. Крок, Л. Психологическое воздействие терроризма / Л. Крок // Человек в экстремальных и трудных ситуациях. Руководство для психологов: сб. метод. статей / под ред. О.В. Красновой ; пер. с фр. М.М. Федотовой. – М., Обнинск : НПЦ «Технограф», 2004. – С. 139–157.
18. Довженко, Т.В. Помощь родственникам погибших при чрезвычайных ситуациях / Т.В. Довженко // Психология экстремальных ситуаций / под ред. В.В. Рубцова, С.Б. Малых. – М. : Психологический институт РАО, 2007. – С. 250–253.
19. Осухова, Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях : учеб. пособие для студ. высш. учеб. Заведений / Н.Г. Остроухова. – 2-е изд., испр. – М. : Академия, 2007.