

# БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ УКАЗАТЕЛЬ ЛИТЕРАТУРЫ ПО ТЕМЕ: ВОЛОНТЕРСТВО

**Составитель: Алла Панеях**

*Отдел обучения в странах СНГ, Санкт-Петербург*

## ВОЛОНТЕРСТВО: КОНЦЕПЦИЯ

Лангерман Аарон (консультант по вопросам кадрового развития, член правления по защите детей, председатель Фонда опеки). Волонтерская деятельность как мировоззрение. – 5 с. – (статья). – Джойнт, Иерусалим.

*Концепция волонтерской деятельности в контексте еврейской мысли. Причины волонтерской деятельности. Моральный долг, цдака по Торе. Идеи Рамбама. Черты личности, присущие волонтеру.*

Эллис Сьюзен Дж. Почему волонтеры? – Глава из книги: Эллис Сьюзен Дж. Сверху вниз: роль руководителя в успехе волонтерских программ. – Пер. с англ. – 18 с.

## РАБОТА С ВОЛОНТЕРАМИ: МЕТОДЫ ПРИВЛЕЧЕНИЯ, МОТИВАЦИЯ, ОБУЧЕНИЕ

Алесина Мария, Панеях Элла. Мотивация участия в волонтерском движении. – 6 с. – (Статья). – Отдел обучения в странах СНГ, С.-Петербург.

Алесина Мария. Резюме: Особенности кризисного периода в деятельности волонтеров. – 2 с. — (Социологический анализ). – Отдел обучения в странах СНГ, С.-Петербург.

*Состояние кризиса. Проблемы коллектива, психологический климат. Изменение мотивации.*

Атеев Геннадий. Мотивация деятельности волонтеров. — Магнитогорск, 2001. – 20 с. – (дипломная работа выпускника Курса директоров Еврейских благотворительных организаций). – Магнитогорск.

*Введение. Основы еврейской этики и волонтерство. Постановка задачи о реализации основ еврейской этики. Волонтерство – как действенный механизм. Мотивация деятельности волонтеров. Устойчивость системы волонтер – подопечный. Заключение.*

В помощь волонтеру: Сборник методических материалов. – Екатеринбург: Уральский институт социальных и общинных работников, 2003. – 53 с.\*

*Волонтерство в еврейской традиции. Этические принципы в социальной работе. Советы психолога.*

Волонтеры. – 5 с. – (Методические рекомендации). – ИСОР Сибири и Дальнего Востока, Красноярск.

*Мотивация волонтеров. Методы привлечения волонтеров. Методы удержания волонтеров. Способы поощрения волонтеров. Обучение волонтеров.*

Волонтеры: Мотивация, привлечение, поощрение...: (по материалам работы учебных групп). — Минск, 2002. – 10 с. – (рекомендации, анкета). – ИСОР, Минск.

*Мотивация волонтеров. Методы привлечения волонтеров. Методы удержания волонтеров. Причины и способы поощрения волонтеров. Анкета для волонтера, сотрудника: особенности волонтерской работы в Дневном центре.*

Вопросы для обсуждения в микрогруппах. – 1 с. – (анкета). – КИСОР, Киев.

*1. Волонтер – кто он? Какой он? 2. Обмен мнениями, опытом волонтерской деятельности в различных хэсэдах.*

Добровольцы: Как их найти. Как их удержать. – 25 с. – Интернет.

*Содержание книги: Часть 1. Перед тем, как начать; Часть 2. Вы и ваш доброволец; Часть 3. Методы набора.*

Заповеди работы с волонтерами. – 1 с. – (Методические рекомендации). — ДИСОР, Днепрпетровск.

Ломако Елена (методист Минского ИСОР). Организация учебного процесса в работе с волонтерами. – 12 с. – (Методические разработки). – ИСОР, Минск.

*Цель работы – показать роль ИСОРа в обучении волонтеров. Тематика и организация семинаров, формы обучения. Схема проведения семинара. Работа с групповодами. Поощрение волонтеров. Мотивация деятельности. Качества волонтеров, необходимые для работы. Семинар «Заключение договора о сотрудничестве». Новые формы в работе с волонтерами. Примерный план занятий на однодневных семинарах.*

**Методические материалы по теме «Волонтеры: мотивация. Результаты социологического исследования. — СПб., 2003. — 22 с. — (Сборник методических материалов). — Отдел обучения в странах СНГ, С.-Петербург.**

*Подборка методических материалов: 1. Основные результаты опроса штатных работников Хэсэдов в 2001 году. 2. Резюме отчета по материалам опроса волонтеров Хэсэдов в 2001 году. 3. Мотивация участия в волонтерском движении. 4. Резюме: Особенности кризисного периода в деятельности волонтеров.*

**Методические материалы по теме «Волонтеры: мотивация, методы набора, обучение». — 48 с. — (сборник методических материалов). — СПб. ИСОП, Минский ИСОП, ИСОП Сибири и Дальнего Востока, Красноярск, Феодосия Хэсэд.**

*Подборка методических материалов: 1. Добровольцы: Как их найти. Как их удержать. 2. Что необходимо знать для привлечения волонтеров. 3. Волонтеры: Мотивация, привлечение, поощрение... (по материалам работы учебных групп). 4. Мотивация волонтеров. 5. Работа с волонтерами в Феодосийском БОЕЦ «Хэсэд Атикава».*

**Методы мотивирования и работы с волонтерами: Материалы к лекции для координаторов по работе с добровольцами. — СПб. 2003. — 14 с. — Центр поддержки некоммерческих организаций, Школа управления НКО, Москва; Благотворительное общество «Невский ангел», Программа «Развитие добровольчества – обучение и методическая поддержка НКО, Санкт-Петербург.**

*Основные шаги в работе с добровольцами. Привлечение, планирование работ и вакансий, поиск и набор, выявление мотиваций и отбор, информирование и ориентирование. Мотивирование. Организация работы: определение прав и ответственности, обучение и делегирование полномочий, мониторинг и оценка работы, поддержка и удержание.*

**Мотивация волонтерской деятельности: Социологические исследования, проведенные Киевским Институтом социальных и общинных работников в 1999-2000 гг./ Киевский Институт социальных и общинных работников. — Киев, 2001.\***

**Мотивация волонтеров. — 5 с. — (рекомендации). — ИСОП Сибири и Дальнего Востока, Красноярск.**

*Мотивация волонтеров. Методы привлечения волонтеров. Методы удержания волонтеров. Способы поощрения. Обучение волонтеров.*

**О волонтерах и для волонтеров: Учебные и методические материалы, касающиеся деятельности добровольцев в еврейских благотворительных организациях/ Киевский Институт социальных и общинных работников. — Киев, 1998.**

*Сборник 1. — 1998. — 44 с.: ил., табл.\**

**О волонтерах и для волонтеров: Учебные и методические материалы, касающиеся деятельности добровольцев в еврейских благотворительных организациях/ Киевский Институт социальных и общинных работников. — Киев, 1998.**

*Сборник 2: Учебные и методические материалы, касающиеся деятельности добровольцев в еврейских благотворительных организациях. — 2000. — 73 с.: ил., табл.\**

**Олчан М., Джордан П. Добровольцы – ценный источник. — Ун-т Джона Хопкинса, 1997.**

*Что такое волонтерство? Кто может стать волонтером? Что могут волонтеры? Мотивация волонтеров. Нужды организации. Набор волонтеров, собеседование. Поощрение. Ключевые моменты успешной работы с волонтерами.*

**Особенности мотивация волонтерской деятельности волонтеров программы «Бытовая помощь»: Социологическое исследование/ Киевский Институт социальных и общинных работников. — Киев, 2001.\***

**Проведение семинаров / Сост. О. М. Аркадьева – Минск: Минский Институт социальных и общинных работников, 1999.**

*Выпуск 1: Семинары волонтеров и сотрудников Хэсэдов. — 1999. — 56 с.: табл.\**

**Работа с добровольцами. — 6 с. — (Описание занятия).**

*Почему надо использовать добровольцев, почему стоит стать добровольцем. Возможные претензии руководства и добровольцев друг к другу и их причины. Деловые игры.*

**Что необходимо знать для привлечения волонтеров. — 2 с. — (методические рекомендации). — СПб. ИСОП.**

*Почему люди работают добровольно? Цель. Кто будет проводить собеседование? Что сказать о компенсации для волонтеров?*

## ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ВОЛОНТЕРОВ: СОЦИОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ

Алесина Мария. Основные результаты опроса штатных работников хэсэдов в 2001 году. – 4 с. – (Социологический анализ). – Отдел обучения в странах СНГ, С.-Петербург.

*Краткое изложение первых результатов исследования, проведенного в 8-ми еврейских организациях России, Украины, Белоруссии. Влияние хэсэда на еврейское самосознание и возрождение еврейской общины. Волонтерство и хэсэд. Обучение сотрудников.*

Алесина Мария. Резюме отчета по материалам опроса волонтеров хэсэдов в 2001 году. – 9 с. — (Социологический анализ). – Отдел обучения в странах СНГ, С.-Петербург.

*Краткое изложение первых результатов исследования, проведенного в 8-ми еврейских организациях России, Украины, Белоруссии. Характеристика контингента волонтеров. Еврейская идентификация и влияние хэсэда. Волонтеры в хэсэде.*

Алесина Мария. Некоторые данные социологического исследования волонтеров хэсэдов. – 14 слайдов. – (Презентация). – Отдел обучения в странах СНГ, С.-Петербург.

*Исследование развития хэсэдов. Социально-демографические характеристики волонтеров. Профессионально-трудовой статус волонтеров. Экономическое положение волонтеров. Мотивация включения в волонтеры. Поощрения волонтеров. Удовлетворение хэсэдом потребностей волонтеров в услугах. Оценка волонтерами различных параметров своей деятельности. Уровень удовлетворенности волонтеров. Факторы текучести волонтеров. Обучение волонтеров. Оценки волонтерами учебных курсов. Влияние хэсэда на социальную активность. Методические материалы (Алла Панеях)*

Бедность в Украине (формы, критерии, показатели, статистика): Информационный бюллетень по материалам прессы и социологических исследований. — Вып. 1. — Днепропетровск, 1998. – 23 с. – (брошюра). – ДИСОР, Днепропетровск.

*Бедность: сущность, критерии и показатели. Краткая характеристика уровня бедности в Украине.*

## ОБЩИННОЕ ЛИДЕРСТВО

Совет центра «Хэсэд»: Методический сборник. – Одесса: Одесский институт социальных и общинных работников, 2002. – 21 с.

*Что представляет собой Совет центра «Хэсэд». Структура Совета. Процесс работы Совета Хэсэд. Схема процесса создания Совета.*

Фридман Ицхак. Общинное руководство и зрелость общины. – 11 с. – Библиогр. (11 назв.). – (Статья). – Джойнт, Израиль.

*Основные положения реализации общинных программ. Видение общины как системы. Учет уровня зрелости составляющих элементов системы. Теоретические основы модели: общинное руководство. Взаимосвязь между уровнем зрелости общины и стилем руководства общиной. Соображения по практической реализации модели (изменения по инициативе извне, изменения по инициативе официального руководства общины, изменения по инициативе неформальных лидеров. Процесс развития общины согласно модели стиля общинного руководства. Практические рекомендации по применению модели (в том числе лидерство в общине). Библиография.*

## ОПЫТ РАБОТЫ С ВОЛОНТЕРАМИ В ЗАРУБЕЖНЫХ СТРАНАХ

Амута (некоммерческая организация) «Руах Това». – 1 с. – (Описание деятельности). – Джойнт, Израиль.

*Цель: создание Всеизраильского центра волонтерства. Инфраструктура.*

Бидерман Кристиане. Координация работы добровольцев и менеджмент волонтерских программ в Великобритании. – 36 с.— (статья). – Джойнт, Иерусалим.

*Развитие культуры волонтерской деятельности, новейшие тенденции, волонтерская работа на конкретных примерах, менеджмент волонтерских программ в сфере социальной работы, итоги.*

Вихнович Всеволод. Джойнт и его добрые дела. – 7 с. – (статья). — Джойнт, Иерусалим.

*История Джойнта. В конце статьи приведена библиография: 6 названий.*

«Яд Сара». Справочник волонтера. – 3 с. – (Описание деятельности). — Джойнт, Израиль.

*Опыт работы волонтеров в Израиле. Статус волонтера. Волонтерский отдел. Процедура оформления волонтера, увольнение. Профессии волонтеров.*

## ОПЫТ РАБОТЫ С ВОЛОНТЕРАМИ В СТРАНАХ СНГ

**Волонтеры и волонтерское движение: (Сборник реферативных материалов). — Днепропетровск: ИСОП, 1999. — 120 с., библиогр. — (брошюра). — ДИСОР, Днепропетровск.\***

*История и теория волонтерского движения. Практика работы с волонтерами в еврейских благотворительных фондах СНГ. Социологические исследования волонтеров и клиентов еврейских благотворительных фондов.*

**Волонтеры – душа Хэсэда = The Spirit of Voluntarism in FSU: Hased Welfare Centers/ Санкт-Петербургский Институт социальных и общинных работников им. В. Розенвальда. – СПб.: ИСОП Петербург, 1996. – 113 с.: ил.\***

**Волонтеры: Информационный сборник по материалам печатных изданий/ Ред. Б. Халлер, Сост. Э. Дворкин; Институт социальных и общинных работников им. В. Розенвальда. – СПб.: ИСОП Петербург, 1998. – 88 с.\***

**Волонтеры указывают дорогу. – 2 с.**

*Опыт работы в Азербайджане.*

**Еврейская благотворительность в СНГ: страницы истории. 1989-2000. Сборник статей./ Ред. Рая Бурштейн. – СПб.: ИСОП, 2002. – 368 с.\* — Отдел обучения в странах СНГ, С.-Петербург**

*Книга открывается историческим обзором еврейской благотворительности в СНГ на исходе XX века. Далее следуют статьи, описывающие региональные особенности возрождения еврейской благотворительности в России, Украине, Беларуси, Молдове. Авторы используют богатый фактический материал: региональные архивы, местные газеты, интервью с работниками и волонтерами Хэсэдов.*

**Ежегодные выездные семинары для волонтеров Хэсэдов Республики Беларусь (Брест, Витебск, Гомель, Могилев). – Минск, 2002. – 28 с. – (отчет). — ИСОП, Минск.**

*Цели проведения выездных семинаров. Описание, протоколы и программы семинаров (Брест, Витебск, Гомель, Могилев).*

**Криулько Елена. Работа с волонтерами в Феодосийском БОЕЦ «Хесед Атиква». – 2 с. – Хэсэд, Феодосия.**

*Рассказ о работе волонтеров и способах поощрения.*

**Отчет о проведении семинара волонтеров г. Гомеля и Гомельской области 2001 г. – 4 с. — (Отчет, рекомендации). — ИСОП, Минск.**

*Цель семинара, описание, заключение и выводы.*

**Пикельнер София (Орск, Хэсэд Гедаля). Значение Совета волонтеров в структуре Хэсэда Гедаля. – 11 слайдов, 6 с. текста. — (Презентация дипломной работы выпускника Курса директоров Еврейских благотворительных организаций). – Орск, Хэсэд Гедаля.**

*Цели проекта. Работа волонтеров в Хэсэде, схема взаимодействия структур, программы. Анализ анкетирования.*

**5-ая ежегодная конференция волонтеров Минска и Минского района. — Минск, 2002. – 10 с. – (Отчет, рекомендации). — ИСОП, Минск.**

*Описание выездного семинара волонтеров. Принципы поведения. Клубы по интересам. Игры. Выводы. Программа.*

**6-ая ежегодная конференция волонтеров г. Минска и Минской области. — Минск, 2002. – 25 с. – (Отчет, рекомендации). — ИСОП, Минск.**

*Описание выездного семинара волонтеров, выводы. Программа. Методика проведения обсуждения, полезные советы ведущему, схема проведения группового обсуждения. Имидж Хэсэда и общественное мнение. Кодекс правил поведения волонтера. Представление групп волонтеров «Хэсэд глазами...» спонсоров, неевреев, государства, подопечных (песни, стихи, диалоги).*

**Результаты работы в группах по теме: Роль волонтеров в возрождении еврейской общины. – 3 с. – (итоги работы в группах на семинаре бригаиров волонтеров Хэсэдов С.-Петербурга, Северо-Западного региона, Поволжья и Центральной России, 3-5 сентября 2002 г.). – СПб. ИСОП.**

*Итоги работы в 3-х группах. Темы: Лучшие программы. Способы привлечения волонтеров. Способы поощрения волонтеров. Роль бригаира волонтеров во взаимодействии различных программ. Рекомендации.*

Сергина Н. М. (руководитель благотворительных программ. Тамбов. Хэсэд ШЕМЕШ). Причины неудач волонтерской работы в Хэсэде и пути их преодоления. – 16 слайдов. – (Презентация дипломной работы выпускника Курса директоров Еврейских благотворительных организаций). – Тамбов, Хэсэд ШЕМЕШ.

*Демографическая характеристика общины. Задачи. Еврейские организации, программы. Опросник для волонтеров № 1: участие в работе. Мотивация участия в волонтерском движении. Опросник № 2: причины неучастия в волонтерской работе. Опросник № 3: изменения в жизни волонтера.*

## **ЗНАНИЯ И НАВЫКИ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ РАБОТЫ ВОЛОНТЕРА**

### **Психологические особенности социальной работы**

Бараш Мири. Этика в работе еврейских благотворительных служб. — 16 с. – (Презентация). – Джойнт, Израиль.

*Виды благотворительности. Закон и этика. Основные профессиональные ценности. Этические стандарты. Этическое решение. Обслуживание. Социальная справедливость. Достоинство. Важность человеческих отношений. Прямота и честность. Компетентность.*

Животовская Анна. Беседа с подопечным: (Методическое пособие для социальных работников). — СПб.: ИСОП, 1999. – 75 с.\*

*Изложены принципы и методы ведения беседы с подопечными. Важнейшей частью социальной работы является общение с людьми. Однако здесь недостаточно простой общительности и доброго отношения к людям. Пособие учит профессиональному общению и владению специальными психологическими приемами и навыками.*

Полехина Людмила. Психологические аспекты социальной работы с пожилыми и инвалидами: Учебно-методическое пособие для преподавателей. — Изд. 2-е, доп. — Днепропетровск: ИСОП, 2001. – 40 с., библиогр.\*

*Профессиональная компетентность. Психология помощи. Личность социального работника. Психологические особенности людей пожилого возраста. Норма и патология. Экстремальные ситуации, стресс, кризис. Коммуникация: работник – клиент. Основы консультирования.*

Решетова Татьяна. Каким не надо быть психологу. – 2 с. – (Методические рекомендации). — СПб. ИСОП.

*Примеры беседы психолога с волонтером.*

Решетова Т. Лекция по психологии старости. – 6 с. – (лекция). – СПб. ИСОП.

*Личность и ее изменение в старости, телесное и душевное здоровье, особенности мышления в старости, психопатология в старости. Приведена методика расспроса подопечного и опросник «Оценка эффективности и качества работы с подопечным».*

Решетова Татьяна. Программа обучения патронажных работников навыкам практической психологии общения. – 1 с. – (программа). – СПб. ИСОП.

*1. Психология пожилого человека. 2. Психология общения для сотрудников Хэсэда. 3. Практическая конфликтология. 4. Команда сотрудников Хэсэда. 5. Психогигиена и психологическая поддержка членов команды Хэсэда.*

Решетова Т. Психология старости. – 8 с. – (тезисы лекций). – СПб. ИСОП.

*Основные особенности психологии пожилых людей, факторы долголетия, признаки психического благополучия человека.*

Шевиц Дина (социальный работник. Центр усовершенствования и переподготовки кадров «Эшель»). Из-за той войны: Пожилые люди, пережившие Катастрофу, в ситуации утраты и потери независимости особо уязвимы. – 6 с., библиогр. – (статья). – Израиль.

*Сегодня в Израиле живет 300 000 людей, переживших Катастрофу. В статье дан краткий обзор некоторых состояний, связанных с нормальным процессом старения, но порождающих особые проблемы и уязвимые черты у людей, переживших Катастрофу. Рассмотрены факторы ухода с работы, физиологические процессы старения, решения о перемещении в дом престарелых, смерть супруга.*

Шапиро Б. Ю. Реализация «концепции независимой жизни» в социальной работе с людьми старшего возраста. – 5 с., библиогр.

Этапы психосоциального развития по Эриксону. – 1 с. – (таблица). – СПб. ИСОП.

*Возрастные стадии развития человека. Психосоциальная стадия. Предмет конфликта развития. Социальные условия. Психосоциальный исход.*

## **«Эмоциональное выгорание» и стресс в профессиональном общении**

**Аверченко А. Психологические этюды о стрессе. – 3 с. – СПб. ИСОП.**

*Пять «не» для избавления от агрессивности. Пять правил психотерапевта А. В. Алексеева. Как быстро отдохнуть. Методика суперсна.*

**Азон, Бернар. Стресс излечим/ Б. Азон. – М.: Крон-Пресс, 1994. – 190 с. – Пер. с франц.\***

*Французский врач Бернар Азон обобщил многолетний опыт своей медицинской практики и научного исследования одного из самых распространенных заболеваний XX века – стресса. Стрессу, тревоге, страху, упадку сил подвержены все. Множество причин вызывают стресс, но в то же время и он является причиной многих заболеваний. Научившись распознавать стресс, мы сможем найти возможность избавиться от многих недугов, быть здоровыми и счастливыми.*

**Алиев Х. Ключ к себе: (Этюды о саморегуляции). – 1 с. – СПб. ИСОП.**

*Метод управляемой саморегуляции (т. е. метод сознательно-волевого управления внутренними процессами собственной психики). Приведены упражнения.*

**Бойко В. В. Синдром «эмоционального выгорания». – 15 с. – (статья). – СПб. ИСОП.**

*1. «Эмоциональное выгорание» – механизм психологической защиты. 2. Факторы, провоцирующие «эмоциональное выгорание». 3. Фаза «напряжения». 4. Фаза «резистенции». 5. Фаза «истощения». б. Опросник для выявления степени «эмоционального выгорания».*

**Брей Р. Как жить в ладу с собой и миром? – 3 с. – СПб. ИСОП.**

*Культура укрепления духа: (несколько правил, помогающих одержать верх над «подарками» судьбы). Как реагировать на мелкие неприятности (по пути на работу, в транспорте, на работе). Один из приемов быстрого снятия напряжения после тяжелой работы.*

**Брей Р. Культура укрепления духа и другие советы. (По материалам книги: Брей Р. Как жить в ладу с собой и миром? М.: Школа-пресс, 1992). – 3 с. – СПб. ИСОП.**

*Несколько правил, помогающих одержать верх над подарками судьбы.*

**Василюк Ф. Е. Психология переживаний: Анализ преодоления критических переживаний/ Ф. Е. Василюк. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 200 с. – Библиогр.: с.187-199 (251 назв.)\***

*Монография посвящена исследованию критических жизненных ситуаций и процессов их преодоления. Проанализированы ситуации стресса, фрустрации, внутреннего конфликта и жизненного кризиса. Установление и систематизация основных закономерностей процесса переживания – то новое, что вносит книга в психологию преодоления критических ситуаций. Книга рассчитана на психологов, психотерапевтов, педагогов, работников служб социально-психологической помощи населению.*

**Дейтс Б. Жизнь после потери/ Б. Дейтс. – М.: Изд. торг. дом Гранд; М.: Фаир Пресс, 1999. – 300 с. — Пер. с англ.\***

*Эта книга представляет собой пособие по психологическому восстановлению после потери. Под потерей автор подразумевает утрату близкого человека, смену работы, переезд на новое место жительства, уход на пенсию и т. д. Книга поможет всем, кому требуется психологическая и духовная поддержка.*

**Ждекинс Х. Формирование дистресса и восстановительный процесс (по материалам книги: Ждекинс Х. Человеческое в человеке. Минск: Харвест, 1999). – 4 с. – СПб. ИСОП.**

*Нарушение механизма заболевания. Негативные последствия дистрессовой записи. Восстановительный процесс.*

**Карандашев В. Н. Как жить в условиях стресса/ В. Н. Карандашев. – СПб.: Рос. пед. ин-т им. А. И. Герцена, 1993. – 112 с.\***

*В книге предлагаются доступные методы саморегуляции: дыхательная гимнастика, концентрация и релаксация, а также ряд оригинальных приемов психической саморегуляции. Еще большее внимание уделяется возможностям предотвращения стрессов. Как преодолеть в себе нерешительность? Как мобилизоваться в напряженной ситуации и не потерять самоконтроль? Как пережить неудачи? Как избежать конфликта? Отвечая на все эти вопросы, автор помогает ответить на главный вопрос: «Как жить в условиях стресса?» В книге также приведены психологические тесты.*

**Китаев-Смык Л. А. Общение при стрессе. (По материалам книги: Китаев-Смык Л. А. Психология стресса. М.: Наука, 1983). – 2 с. – СПб. ИСОП.**

*Стадии развития общения при стрессе.*

**Корсунская Алла. Как справляться с отрицательными эмоциями. – 2 с. – СПб. ИСОП.**

*Методика самостоятельной работы с отрицательными эмоциями.*

**Литвак М. Е. Как преодолеть острое горе/ М. Е. Литвак, М. О. Миревич. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2000. – 316 с. — (Психологические этюды).\***

*Представляем вам необычную, художественно-психотерапевтическую книгу о способах наиболее безболезненного выхода из стрессовых ситуаций (смерти родного человека, развода, болезни и др.). Психологически неподготовленные люди часто впадают в тяжелое состояние, которое может привести к психическому расстройству. Авторы предлагают разные способы, помогающие смягчить острое горе и побороть депрессию.*

**Лэйк, Дэвид Как преодолеть стресс/ Д. Лэйк. – СПб.: Норинт, 2000. – 80 с.: ил. – (Советы врача).\***

**Ода врагам. – 4 с. – СПб. ИСОП.**

*Методики работы с человеком, негативно к вам настроенным.*

**Опросник для выявления степени «эмоционального выгорания». – 6 с. – (опросник – 84 вопроса, методика обработки данных). – СПб. ИСОП.**

*Опросник позволяет профессионалам и волонтерам, постоянно работающим с подопечными, определить в какой степени у них сформировалась психологическая защита от «эмоционального выгорания». Приводится обработка данных в виде таблицы – «Симптомы и фазы эмоционального выгорания» и их интерпретация.*

**Профилактика профессионального выгорания сотрудников благотворительных организаций : Учебно-методическое пособие /Руководитель авторского коллектива: Марина Смутьсон. – Киев: Киевский институт социальных и общинных работников, 2003. – 71 с.\***

*Пособие посвящено остро актуальной проблеме предотвращения и устранения профессионального выгорания – синдрома, широко распространенного среди социальных работников. В первой части даны психологический анализ феноменологии выгорания, его природе, причинам, принципам диагностики уровней выгорания. Вторая часть содержит описание индивидуальных и групповых профилактических приемов работы со стрессами, которые разработаны и апробированы психологами хэсэдов и общинных центров Центральной и Западной Украины.*

**Решетова Татьяна. Как настроить себя на профессиональный разговор (по материалам статьи: Решетова Т. Врач идет говорить // Врачебные ведомости. 2000. № 4.) – 3 с. – СПб. ИСОП.**

**Решетова Татьяна. Программа обучения пациентов навыкам самодиагностики и самопомощи в психологически трудных ситуациях. – 3 с. – (тезисы занятий). – СПб. ИСОП.**

*1. Способы уменьшения напряженности и тревоги, концентрационные техники. 2. Методы доступной самодиагностики психологического состояния. 3. Методы повышения тонуса, настроения и самооценки. 4. Ресурсы человека, которые можно мобилизовать (общие ресурсы и личные ресурсы).*

**Решетова Т., Мищенко Е. 1. Телефонные погрешности. 2. Что может меня порадовать? – 1 с. – СПб. ИСОП.**

*1. 8 рекомендаций, как не надо строить телефонные переговоры. 2. Список радостей, которыми должен наградить себя человек для снятия стресса.*

**Решетова Т. Фразы для выхода из конфликта. Корректный отбой. Фразы для усиления диалога. – 1 с. – СПб. ИСОП.**

*Психологи предлагают перечень вариантов ответов при беседе сотрудников всех категорий с подопечными.*

**Рутман Э. М. Как преодолеть стресс/ Э. М. Рутман. – М.: ТОО «ТП», 1998. – 156 с.\***

*Книга посвящена стрессам обыденной жизни: межличностным конфликтам, несбывшимся надеждам, неожиданным и резким изменениям, крушению планов и т. д. Автор с глубоким проникновением в психологию обычного человека исследует реакции и поведение людей в типичных стрессовых ситуациях и показывает, что причины высокой чувствительности к стрессам кроются в детских травмах и особенностях нашего характера.*

**Селье Г. Стресс и дистресс (по материалам книги: Селье Г. Стресс без дистресса. М.: Прогресс, 1982). – 4 с. – СПб. ИСОП.**

*Что такое стресс? Чем не является стресс? Человек должен работать. Стресс и старение. Жить полной жизнью.*

**«Эмоциональное выгорание» в профессиональном общении. – 2 с. – СПб. ИСОП.**

*Факторы, провоцирующие «эмоциональное выгорание» (внешние и внутренние).*

## **ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ**

**Тукшер Ольга. Волонтерское движение в СНГ: Обзор статистических и информационных ресурсов. Апрель 2003. – 16 слайдов. – (презентация). — Джойнт, Иерусалим.**

*Источники информации о волонтерском движении в еврейских общинах и в Интернете.*

**Панях Алла, сост. Библиографический указатель литературы по геронтологии. – 9 с. (35 назв.) – (библиография). – Отдел обучения в странах СНГ, С.-Петербург.**

*Рекомендательный библиографический указатель книг по проблемам геронтологии и гериатрии, охраны здоровья в пожилом возрасте, психологии пожилого возраста, по преодолению стрессов и утрат.*

**Панях Алла, сост. Социальная работа в еврейской общине (библиографический указатель литературы). — 19 стр. (72 назв.) – Отдел обучения в странах СНГ, С.-Петербург.**

*Аннотированная библиография. Включает разделы: 1. Деятельность благотворительных организаций. Фандрейзинг. 2. История благотворительной и социальной работы. 3. Социальная работа: законодательные и нормативные акты. 4. Теория социальной работы. 5. Методы социальной работы. 6. Обучение и повышение квалификации социальных работников. 7. Социальная геронтология. 8. Патронаж. 9. Реабилитация и социальная адаптация.*