

Сизикова Татьяна Эдуардовна

Кандидат психологических наук, доцент кафедры коррекционной педагогики и психологии, Новосибирский государственный педагогический университет, tat@ccru.ru, Новосибирск

Волошина Татьяна Викторовна

Кандидат психологических наук, доцент кафедры коррекционной педагогики и психологии, Новосибирский государственный педагогический университет, fppd.voloshina@ngs.ru, Новосибирск

ТИПОЛОГИЯ ПРОБЛЕМ ДЛЯ РЕФЛЕКСИВНОГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

Аннотация. В данной статье авторы рассматривают новый современный подход в психологическом консультировании – рефлексивное психологическое консультирование, истоки которого в гуманистической и экзистенциальной психотерапии, гуманистическом подходе в психологии, а также в методологии психологии и методологии психологического консультирования. Авторы рассматривают новое направление оказания психологической помощи – рефлексивное психологическое консультирование, где предметом является рефлексия, а методом – метод прогрессивной рефлексии. Данный вид психологического консультирования позволяет психологу-консультанту применять многие адекватные для решения проблемной ситуации клиента приемы, разработанные в рамках других направлений и творить неповторимую эффективную консультационную работу. В работе представлена новая типология проблем клиента для психологического рефлексивного консультирования.

Ключевые слова: рефлексивное психологическое консультирование, рефлексия, самоопределение и саморазвитие, типология проблем.

Sizikova Tatyana Eduardovna

Candidate of Psychological Sciences, the Docent of Correctional Pedagogy and Psychology Department, Novosibirsk state teacher training university, tat@ccru.ru, Novosibirsk

Voloshina Tatyana Victorovna

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of Correctional Pedagogy and Psychology Department, Novosibirsk state teacher training university, fppd.voloshina@ngs.ru, Novosibirsk

TYPES OF PROBLEMS FOR REFLEXIVE COUNSELLING

Abstract. In this article the authors examine the new modern approach in psychological counseling – counseling reflexive, whose origins in the humanistic and existential psychotherapy, humanistic approach to psychology, as well as in the methodology of psychology and methodology of psychological counseling. The paper presents a new typology of customer problems to psychological counseling reflexive.

Keywords: reflexive counseling, reflection, self-determination and self-development, typology problems.

В данной статье мы рассмотрим новый современный подход в психологическом консультировании – рефлексивное психологическое консультирование, истоки которого в гуманистической и экзистенциальной психотерапии, гуманистическом подходе в психологии, а также в методологии психологии и методологии психологического консультирования [1]. Рассмотрим проблемы клиента, подлежащие разрешению в рефлексивном

психологическом консультировании. Опишем новую типологию проблем клиента для психологического рефлексивного консультирования. Часть данных проблем раскроем более подробно, а часть обозначим, т.к. их рассмотрению уже уделено достаточно внимания в других видах психологического консультирования.

Мы предлагаем различение видов проблем для рефлексивного психологического

консультирования по трем базовым уровням, которые на приведенной ниже схеме обозначены в виде квадратов; двум вторичным уровням, обозначенным в виде окружностей, и двум не обозначенным на этой схеме уровням – глубинным уровням.

Глубинный уровень проблем мы рассматриваем в нашей статье менее подробно, по сравнению с анализом и описанием проблем первых двух базовых уровней. Такой подход обусловлен степенью изученности выделяемых нами проблем в психологии и консультировании. Тем проблемам, что изучены в достаточной для нашего подхода степени, мы уделяем меньше внимания в рассмотрении и раскрытии в данной статье по сравнению с теми, что раскрываются в данной работе под другим фокусом восприятия и анализа, апробированным в практике рефлексивного психологического консультирования. Рефлексивное консультирование разрабатывается на теоретических основах гуманистической парадигмы, мета-онтологии деятельностного, личностно-ориентированного и культурно-исторического подходов – личность развивается в деятельности, совершая поступок и осваивая новые свойства психической реальности посредством знака – единство личности, сознания, деятельности и мышления. Обозначая консультирование как рефлексивное, мы вносим в него идею его саморазвития как теоретического, так и практического, т.е. самоконсультирование (консультация) по определению содержит в себе рефлексивный механизм развития самого себя. Психолог во время консультации пребывает в творческом состоянии, научном поиске, разрабатывая новые теоретические положения, творя техники, приемы, методы, сохраняя уникальность случая и прорабатывая обобщения. По нашему мнению, рефлексивное консультирование более всего соответствует представлению гуманистической психотерапии и консультированию как «помощи людям в их оказании помощи самим себе» (М. Херберт).

Для понимания предлагаемой нами объектной модели типологии проблем рефлексивного психологического консультирования необходимо расширить представление о процессе консультирования и объекте – предмете данного процесса, с помощью описания и анализа его в рамках четырехмерно-

го пространства.

Одной осью координат являются два глубинных уровня проблем, другой осью – три базовых уровня проблем, третьей осью – два вида проблем вторичного уровня, и четвертой осью – относительно объективные факторы жизни человека, на которые человек испытывает значимое эмоциональное переживание. Принцип деления оси координат на единицу измерения заключается в выделении степени выраженности, то есть силы погружения и глубины жизни человека в проблеме. Объективных измерительных методов диагностики этого показателя на данный момент не существует [4], а субъективным способом данную единицу измерения возможно выделить и обозначить.

Одно событие жизни человека есть производное точки пересечения координат этого четырехмерного пространства.

Опираясь на эту единицу измерения, мы можем выделить несколько зон. Зона, где описываемые в статье ниже психологические феномены, не являются проблемными в жизни человека. Зона, в которой мы наблюдаем пограничное состояние, способное привести к проблемности, как качеству описываемых феноменов. Зона, где эти феномены уже есть проблема, на которую необходимо для ее разрешения воздействовать человеку самостоятельно или совместно с психологом – консультантом. Три зоны охватывают собой все пространство жизнедеятельности человека.

В психологическом консультировании объем последней зоны уменьшается за счет роста объема первой зоны. Для того чтобы данный переход происходил эффективно, нам представляется необходимым построение процесса консультирования по матричному принципу. В связи с этим мы пришли к выводу о выделении нового вида консультирования – рефлексивное психологическое консультирование и построении в связи с этим новой типологии проблем для рефлексивного психологического консультирования. Модель типологии проблем для рефлексивного психологического консультирования представлена ниже.

Базовых уровня три. Критерий их различия – этапы динамики развития проблемы, психологическая масштабность ее внутри личности. Построение иерархии проблем

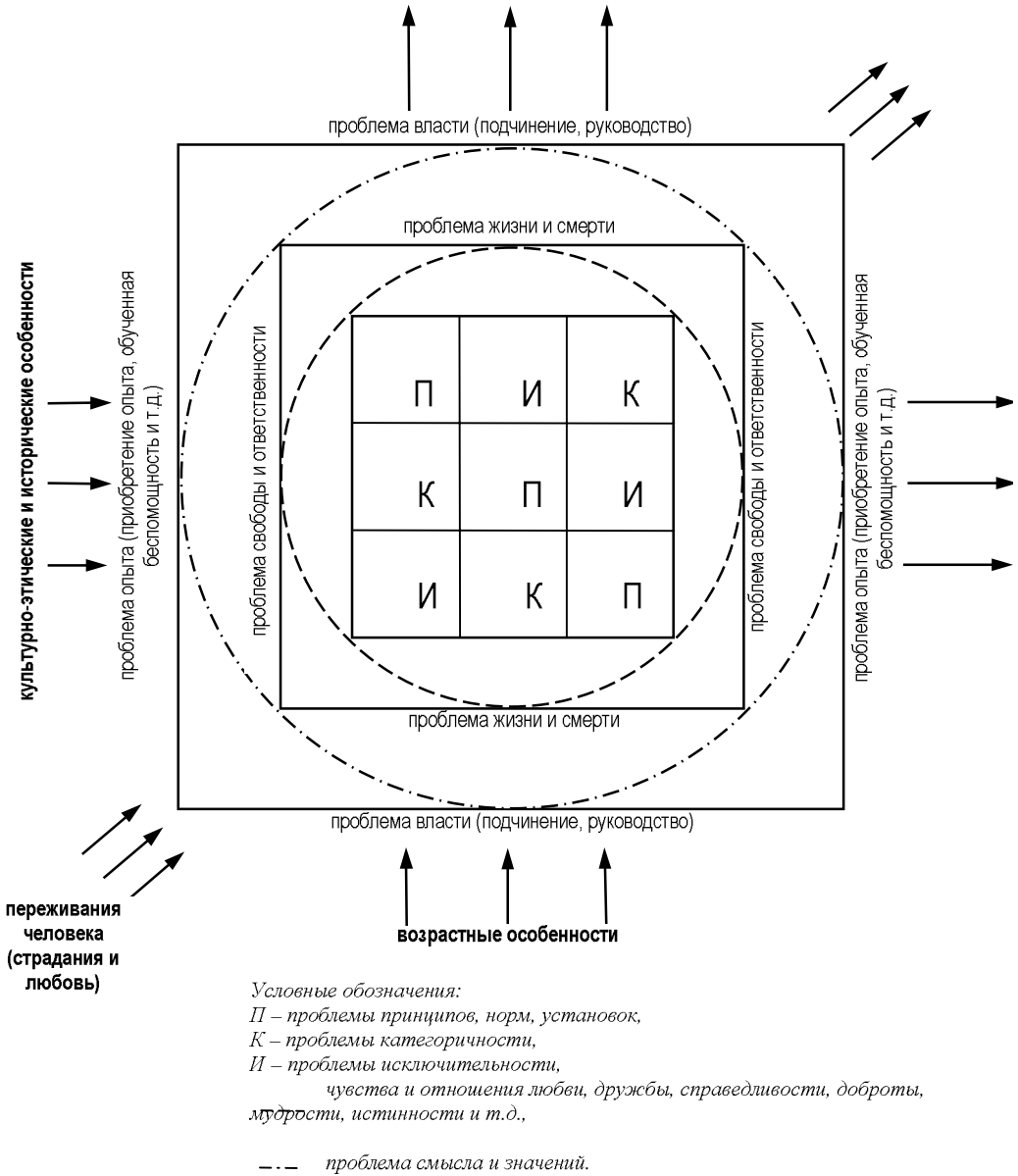


Рисунок – Модель типологии проблем для рефлексивного психологического консультирования.

в виде матрешки позволяет проследить динамику и масштабность развития проблем от одного уровня до другого.

С рождения ребенка и по мере его роста процесс формирования проблем движется вглубь, как это показано на рисунке, к центру и в подростковом возрасте мы уже можем наблюдать сформировавшиеся ростки проблем обозначенных во внутреннем квадрате схемы. Вектор развития и кристаллизации проблем направлен не из центра схемы на

периферию, а с периферии в центр. Рассмотрение схемы, ее описание мы будем проводить двигаясь от центра на периферию, к истокам, простым проявлениям, которые при закреплении их приводят к психологическим образованиям, соответствующим уровням, приближающихся к центру.

Первый базовый уровень связан с решением проблем выбора, проблем лежащих в основе самостроительства личности. К таким проблемам мы относим: проблемы

категоричности, проблемы исключительности, проблемы принципа, правил, норм и установок.

Второй базовый уровень охватывает процессы социализации личности. Главными, или проще сказать, исходными проблемами на этом уровне являются проблемы свободы и ответственности, жизни и смерти.

Третий базовый уровень – это проблемы власти и приобретения опыта. Проблемы этого уровня являются следствиями неразрешенности проблем, относящихся к первым двум уровням. Они представляют собой стратегический план жизнедеятельности человека, т.е. его личные стратегемы поведения, действия, принимаемого решения.

Все три уровня проблем в личности человека переплетены между собой и образуют пространство выбора, в котором личность принимает решение о самой себе – какой быть?

Закономерным является вопрос: «Почему из множества различных проблем, описываемых в практической психологии, мы выбрали именно выше обозначенные проблемы?».

Во-первых, это те проблемы, которые мы отнесли именно к рефлексивному консультированию, выделив его как вполне самостоятельный вид консультирования по определенным проблемам. Обозначенные проблемы ранее рассматривались в рамках других видов консультирования, например, психоаналитическом, экзистенциальном, когнитивно-бихевиоральном и др. В этих направлениях осталось много других проблем для работы, которые мы не затрагиваем [3, с. 59]. Охватить такой многомерный объект как психологические проблемы личности одним видом консультирования, по нашему мнению, не то что невозможно, просто бессмысленно. Каждый вид консультирования необходим, целесообразен и полезен, но не является достаточным.

Во-вторых, мы выделили только те проблемы, которые появляются за счет неразвитости рефлексии у человека. При развитой рефлексии, обозначенные темы: усвоение определенных норм, правил, выработка определенных принципов, формирование гибкости ума, принятие себя и социума, любовь жизни, принятие ответственности, умение быть свободным, умение приобретать опыт и регулировать отношения не являются для человека проблемой, т.е. чем-то нераз-

решимым, в чем он «застрял» и выбраться, разобраться, изменить никак не может.

Рефлексивному консультированию подлежат только те проблемы, причиной рождения которых является неразвитость рефлексии. Личность выбирает и строит саму себя на основе осознания себя и окружающего пространства, в которое входят не только социум, но и мир окружающей природной среды, поэтому и проблемы этих уровней разрешаются с помощью методов рефлексивного консультирования, методов, которые способствуют развитию рефлексии и коррекции того, что уже развито [6, с. 225].

Отличие рефлексивного консультирования от всех других видов консультирования в том, что во время консультации клиент и психолог работают не с содержанием проблемы, а со способом получения этого содержания, т.е. с рефлексией. Рефлексия выступает в качестве механизма и процесса саморазвития личности [2, с. 46]. От того, как развита рефлексия у человека, какая она сама по себе, зависит и то, будет ли человек переживать обозначенные проблемы, и то, как он будет их разрешать. Задача психолога – организовать рефлексивную ситуацию.

По мнению Т. Э. Сизиковой и Т. В. Володиной, другим базовым уровнем, выступающим на основе базового первого (выбора) и вторичного (отношений) и одновременно являющимся основанием для них – это уровень мифологический, включающий в себя глубинные бессознательные духовные, культурные основания личности. Для решения проблем этого уровня в рефлексивном консультировании применяются методы и не рефлексивные, но психическая реальность, развивающаяся под воздействием этих методов, обязательно подлежит рефлексированию [7, с. 43].

Все три базовых уровня «окутаны» проблемами вторичных уровней, которых, по нашему мнению – два. Вторичные уровни – это и основа и производные базовых уровней.

Еще один признак различения уровней на базовые и вторичные – это динамика разрешения проблем. Проблемы вторичных уровней – проблемы актуального конфликта в межличностных отношениях – любви, дружбы, вражды и т.п. как нарушение ролевого поведения, сопровождаются переживанием разрушающих благополучие эмо-

ций – обидой, гневом, местью и т.п., более поддаются изменению под воздействием воли и намерения клиента [5, с. 43].

Проблемы базовых уровней разрешаются менее динамично. Если обозначить человека в четырехмерном пространстве, то вторичные уровни – это второе измерение, а базовые – первое. *Первый вторичный* уровень – это уровень видов отношений, которые человек строит на основе имеющихся у него базовых проблем. *Второй вторичный* уровень – уровень выделения смысла и значений, т.е. того, что является непосредственным содержанием самой рефлексии. Исходя из этого, рефлексивное психологическое консультирование в основном строится на содержании второго вторичного уровня. Все остальное – содержание базовых уровней и первого вторичного уровня является для процесса консультирования вспомогательным материалом, материалом, производным от второго вторичного уровня [10].

Предметом рефлексивного консультирования является рефлексия рефлексии во времени, в которой сформировалось и формируется содержание и способ построения человеком себя и своей жизни на основе выделенных смыслов и усвоенных, а также вырабатываемых, значений.

Степень глубины проблемы любого уровня зависит от возрастных и культурно-исторических особенностей и условий жизни человека. В период возрастного кризиса, кризиса социально-политического психологические проблемы человека углубляются и обостряются, что выражается в переживании деструктивных эмоций и чувств. Чувства и эмоции, обозначенные на приведенной выше схеме в виде стрелок, пронизывающих обозначаемое поле проблем в направлении, называемом в графических тестах, «линий жизни». Чувства и эмоции, по нашему мнению, в отличие от некоторых авторов психологических работ по консультированию, не являются сами по себе проблемой, они есть «чувственная ткань» проблемы. Переживаемые эмоции и чувства являются силой проблемы. В четырехмерном представлении о человеке они являются его третьим измерением, а культурно-исторические условия и возрастные особенности – его четвертым измерением жизни. Центральной точкой пересечения всех измерений, всех проблем

всех уровней является проблема выбора. Эта проблема не обозначена на приведенной выше схеме, но если ее обозначить, то она займет центральное место и будет являться пятым измерением человека.

Во всех обозначенных проблемах, кроме проблемы выбора, рефлексия является одним из механизмов их зарождения, развития, а также разрешения. В проблеме выбора рефлексия один единственный родной для этой проблемы механизм. Следовательно, в рефлексивном психологическом консультировании работа должна происходить не с содержанием проблемы, которая, например, обозначается как категоричность, или любая другая проблема любого уровня, а с выбором, который совершил человек, и в результате сформировалась какая-либо из проблем. Но что же детерминирует выбор, что является, если посмотреть с другого фокуса, на поставленный вопрос, фильтром в процессе рефлексирования? По нашему мнению, фильтром рефлексирования, детерминантой выбора является личностный миф человека. Он живет в самой глубине человека, появляется еще до его рождения и поэтому мы должны были бы обозначить его на приведенной выше схеме в самом центре в глубь за проблемой выбора. Мифологический слой проблем, или мифологический уровень проблем включает в себя глубинные бессознательные духовные, культурные основания личности [9]. Для решения проблем этого уровня в рефлексивном консультировании применяются методы и не рефлексивные, но та психическая реальность, развивающаяся под воздействием этих методов, обязательно подлежит рефлексированию [8].

На основе своего личностного мифа человек в событиях своей жизни на основе совершенных им выборов, механизмом которых является его рефлексия, движется в нескольких направлениях. Именно в рамках направлений развития человека и возникают проблемы базовых и вторичных уровней.

Во время психологического консультирования человек проходит несколько уровней рефлексирования. *Первый* – это рефлексирование содержания любой из проблем любого уровня, *второй* – рефлексирование проблемы выбора, лежащей в основе зарождения обозначаемой проблемы, *третий* – рефлексирование способа рефлексирования,

приведшего к проблемам, *четвертый* – рефлексирование способов рефлексирования, применяемых в ходе психологического консультирования, *пятый* – рефлексирование совершаемых выборов в ходе психологического консультирования, *шестой* – рефлексирование разрешённости проблемы, точнее ее отсутствия, *седьмое* – рефлексирование эффективных способов рефлексирования.

Психологу – консультанту необходимо знать наиболее типизированное содержание тех проблем, которые обозначены нами, как подлежащими для рефлексивного психологического консультирования, а также владеть способами рефлексирования и знаниями о рефлексии.

Библиографический список

1. *Абрамова Г. С.* Психологическое консультирование. Теория и опыт. – М.: Академия, 2001. – 240 с.
2. *Волошина Т. В.* О роли особенностей черт личности в регуляции деятельности // Личность в системе деятельности: Тезисы докладов региональной научно-практической конференции. – Новосибирск: Изд-во НГПУ, 1993. – С. 45–46
3. *Волошина Т. В.* Психологические основы коммуникативной подготовки будущих педагогов // Технологическое образование на пороге третьего тысячелетия: Сборник трудов научно-практической конференции. Новосибирск: Изд-во НГПУ, 1999. – С. 56–62.
4. *Гулдинг М. М., Гулдинг Р. Л.* Психотерапия нового решения. Теория и практика. – М.: Независимая фирма «Класс», 1997. – 288 с.
5. *Игнатенко О. Е., Агавелян О. К.* К вопросу формирования механизмов толерантности и прощения у студентов педагогического вуза // Вестник педагогических инноваций. – 2014. – №1. – С. 41–47.
6. *Сизикова Т. Э.* Рефлексивное психологическое консультирование // Рефлексивные процессы и управление. Сборник материалов VIII Международного симпозиума «Рефлексивные процессы и управление» (18–19 октября 2011 г., Москва). – М.: Когито-центр, 2011. – С. 224–226.
7. *Сизикова Т. Э., Волошина Т. В.* Рефлексивное психологическое консультирование как новое направление оказания психологической помощи // Сибирский педагогический журнал. – 2014. – №3. – С. 183–188.
8. *Стюарт В.* Работа с образами и символами в психологическом консультировании. – М.: Независимая фирма «Класс», 2003. – 384 с.
9. *Blaser A.* Problem-oriented psychotherapy / lane. with it. – М.: An independent firm Class, 1998. – P. 320.
10. *Kohut H.* The Analysis of the Self. New York. International Universities Press, 1971.