

*Сизикова Татьяна Эдуардовна*

*Кандидат психологических наук, доцент кафедры коррекционной педагогики и психологии, Новосибирский государственный педагогический университет, tait@csru.ru, Новосибирск*

*Стунжа Надежда Александровна*

*Аспирант, факультет психологии, кафедра организационной психологии, НИУ Высшая школа экономики, Москва.*

## **МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЙ ПОДХОД К МОДЕЛИРОВАНИЮ СИСТЕМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ПРОБЛЕМ ДЛЯ РАЗНЫХ ВИДОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ**

*Аннотация.* В статье раскрывается применение принципа системности для различения видов психологической помощи: психологическое консультирование, психотерапия, психиатрия, помощь человеку в самоактуализации. Перечень составляющих системы в виде типов психологических проблем один и тот же для перечисленных видов деятельности. Системообразующим фактором в онтологии проблемы является проблема выбора человеком своего действия и отношения, а в онтологии деятельности – сложный фактор «рефлексия – мотив – воля». Отношения между составляющими системы разные. На основе этих отношений мы построили и схематизировали типологическую модель психологических проблем человека для каждого вида психологической помощи. Каждый тип психологических проблем рассматривается с позиции принципа динамического равновесия.

*Ключевые слова:* принцип системности, психологическая проблема, типологическая модель, рефлексия, виды психологической помощи.

В настоящее время продолжают научные споры о видах оказания психологической помощи. На основе теоретического анализа разных подходов к пониманию ее сути и выделения ее видов мы пришли к обобщению и построению методологической модели, реализация которой делает прозрачными различия между видами психологической помощи.

Под психологической помощью мы понимаем деятельность, осуществляемую специалистом и направленную на разрешение психологических проблем человека. К таким видам деятельности мы относим: деятельность педагога-психолога, деятельность психолога-консультанта, психотерапевта и психиатра.

В каждом виде деятельности предметом является психологическая проблема, под которой мы понимаем невозможность конструктивного разрешения противоречий имеющимися в жизненном опыте человека средствами. Проблемное поле представлено двумя уровнями. К первому уровню относятся проблемы отношений [9], ко второму – проблемы осмысления (рефлексии) проблем первого уровня [8]. В данной статье мы систематизируем проблемы первого уровня.

Для проведения данной процедуры мы выделили типы этих проблем и отношения между типами для построения модели, с которой удобно работать практикам. Тип не является полным описанием существующей реальности, а подчеркивает ее значимый аспект, необходимый для проводимого исследования.

Мы выделили следующие типы психологических проблем человека: проблема выбора (невозможность совершить выбор и проस्कальзывание выбора), проблема принципа (неадекватная защита принципа и отсутствие принципа, в некоторых случаях обозначаемая как беспринципность), проблема исключительности (нарциссизм и нарушение идентичности), проблема категоричности (конформизм и ригидность), проблема жизни и смерти (избегание и стремление), проблема свободы и ответственности (безграничность и детерминированность, гиперответственность и безответственность), проблема приобретения опыта (обученная беспомощность и манипулирование), проблема власти (насилие и безропотное подчинение), проблема любви и страдания (привязанности и высшей степени привязанности – страсти), проблема смысла и значения (обесмысливанием и неадекватностью

смыслов и значений). Эти типы проблем характерны для всех видов оказания психологической помощи [7]. Каждый тип проблемы рассмотрен на основе принципа динамического равновесия, следовательно, в тип входят все проблемы в рамках двух крайних ее проявлений [6].

Концепции типологий психологических проблем, изложенные в работах Р. Кочунас [4], Б. Д. Кавасарского [3], Р. С. Немова [5], Г. С. Абрамова [1], Ю. Е. Алешина [2] и др., ограничиваются их выделением, перечислением и описанием. Для разных видов психологической помощи выделяются разные психологические проблемы. Такой подход расширяет и затрудняет как обучение, так и практику специалистов, порождает множество интерпретаций. Каждая проблема в таком подходе рассматривается без выделения четких связей с другими проблемами.

Мы разработали другой подход, в котором применили систематизацию и моделирование системы психологических проблем.

В описанном выше перечне типов психологических проблем мы выделили ту, которая является основой всех перечисленных проблем. Эта проблема является системообразующим фактором в построении системы типов психологических проблем. Такой проблемой является проблема выбора.

Система предполагает наличие множества элементов и отношений между ними, составляющих единое целое. Описанные типы психологических проблем, являющиеся производными проблемы выбора, в связях и отношениях между собой составляют единое, целостное проблемное поле человека.

Мы определили, что все обозначенные нами типы проблем связаны между собой прямыми и обратными связями. Прямые связи между типами проблем существуют внутри системы, к ним мы относим эмоции и чувства, пронизывающие все поле проблем, а обратные связи являются результатом воздействия на систему внешних факторов, к которым мы относим возрастные, культурно-этнические и исторические условия. Отношения между типами являются взаимовлияющими и порождают одну проблему из другой при определенных условиях деструктивных разрешений исходной проблемы.

В системе типов психологических про-

блем человека мы выделили семь уровней: два глубинных, три базовых и два вторичных. Каждый уровень фиксирует степень глубины проблемы и выполняет свои функции.

– Глубинный уровень выполняет функцию истока. Это тот уровень, в котором имеются ростки всех перечисленных типов психологических проблем. К глубинным уровням мы относим мифологическое и духовное содержание сознания и жизни человека для всех видов оказания психологической помощи.

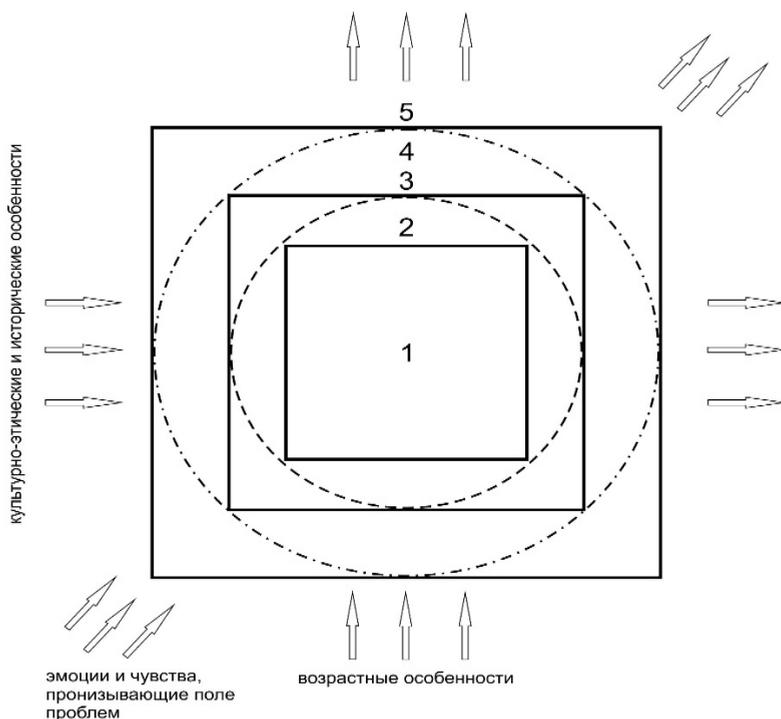
– Критерий различения базовых уровней – этапы в динамике развития проблемы, психологическая масштабность проблемы внутри личности. Каждый базовый уровень выполняет функцию фиксации новых качеств, новых проявлений психологической проблемы, соответственно, нового ее наименования.

– Вторичные уровни выполняют обеспечивающие функции: сопровождают динамику развития проблемы (первый уровень) и наполняют определенным содержанием (второй уровень).

Структуру системы типов психологических проблем образно можно представить в виде «матрешки»: центром является глубинный уровень, от него производный – первый базовый уровень, переход от первого ко второму базовому уровню в развитии психологической проблемы обеспечивает вторичный первый уровень, в результате образуется второй базовый уровень, и переход от второго к третьему базовому уровню обеспечивает вторичный второй уровень. Построение иерархии проблем в виде «матрешки», о чем будет сказано ниже, позволяет проследить логику и развитие проблем от одного уровня до другого. Схематично методологическая модель для различения на основе типов психологических проблем видов психологической помощи представлена на рисунке.

В схему модели мы не внесли глубинный уровень по причине того, что работа с проблемами этого уровня относится к компетенции специалистов, занимающихся духовным развитием человека. Квадратами в схеме обозначены базовые уровни, кругами – вторичные, стрелками – воздействие внешних для системы условий.

На каждом уровне проблема выбора, ко-



1 – первый базовый уровень; 2 – первый вторичный уровень; 3 – второй базовый уровень;  
4 – второй вторичный уровень; 5 – третий базовый уровень

*Рис.* Методологическая схема типологии проблем для разных видов оказания психологической помощи

торая является системообразующим фактором, приобретает свои новые проявления, новые качества, новые отношения и связи. Например, на одном уровне она выступает в виде проблемы исключительности, а на другом – в виде проблемы жизни и смерти, на третьем – в виде проблемы власти. Обеспечивают развитие проблемы выбора ее переход с одного уровня на другой, ее углубление и трансформацию – проблемы смысла и значений, любви и страдания [10].

Вектор развития проблемы в предлагаемой системе направлен от периферии к центру, от третьего базового уровня к глубинному. Система типов психологических проблем благодаря этой структуре позволяет выделить и объяснить развитие психологической проблемы, а также построить прогноз ее развития.

Введение категории деятельности в систему типов психологических проблем дало возможность построить модели системы типов психологических проблем для каждого

вида оказания психологической помощи. Все элементы моделей системы, в качестве которых выступают типы психологических проблем, изучены в разделах наук «Психология» и «Философия». С помощью систематизации и моделирования мы определяем их взаимосвязь, и благодаря этому складывается целостное представление о жизни, в которой деструктивными средствами разрешаются противоречия, и жизни, в которой конструктивными способами разрешаются противоречия.

Наша работа носит онтологический характер при описании проблем, выделении их типов, построении моделей системы типов психологических проблем для каждого вида психологической помощи.

С рождения ребенка и по мере его роста процесс формирования проблем движется вглубь. В подростковом возрасте мы уже можем наблюдать сформировавшиеся ростки проблем, обозначенных во внутреннем квадрате схемы модели. Вектор развития про-

блемы и вид психологической деятельности обуславливают расположение перечисленных проблем по уровням. Расположение разных проблем по разным уровням отличает одну модель и ее схему от другой. Мы получили четыре разные иерархии одних и тех же психологических проблем.

Рассмотрим подробно четыре модели системы типов психологических проблем:

- 1) для психологического консультирования;
- 2) для психотерапии;
- 3) для психиатрии;
- 4) для оказания помощи в саморазвитии личности.

В модели системы типологии психологических проблем для психологического консультирования центральный квадрат займут проблемы категоричности, исключительности и принципа.

Неправильные выборы дают неправильные решения, как следствие, неправильные действия и последующие ответные реакции на них. Двигаясь в рамках предложенной модели, мы от действий долго не подходящей к плачущему ребенку мамы переходим к наблюдению грубого отстаивания ребенком своей исключительности в более позднем возрасте. Проблемы первого базового уровня (категоричности, исключительности, принципа, правил, норм и установок) являются следствием неразрешенных проблем второго базового уровня, охватывающего процессы социализации личности. 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 причинами неразрешенности проблем, относящихся к первым двум уровням. Они представляют собой стратегический план жизнедеятельности человека, т. е. его личные стратегемы поведения, действия, принимаемого решения. Когда проблемы, зародившиеся на этом уровне, по мере своего углубления достигают первого базового уровня, проблемы второго и третьего уровня как бы становятся «скрытыми», трансформируются в привычку, норму, кардинальные черты личности, черты характера. Окружающему социуму остается только наблюдать индивидуальные черты человека,

приспосабливаясь к ним, переживать невозможность что-либо изменить, оправдывая все ушедшим временем и упущенными возможностями. Категоричность, исключительность и утверждение норм и правил открыто или скрыто подчиняют себе все, что имеется у человека, и вокруг него. Социум подчиняется или воюет с теми, кто не разрешает, а укрепляет в себе эти проблемы. Приведем пример: человек с детства говорит тихим голосом. Психолог, применяя провокационный прием, указывает человеку, что он так сильно собой неудовлетворен, до такой степени, что вынужден во всех случаях жизни притягивать к себе внимание окружающих. Выразив сначала удивление, а затем испуг, что стратегия выживания раскрыта, осознав свое глубокое переживание понимания себя другим, человек тут же совершает попытку говорить громким голосом. В этом примере проблема исключительности проявила себя на двух других базовых уровнях как борьба с окружающими за власть, способом которой является тихий голос. Подтверждение деструктивного опыта согласования с собой и с окружающими стало привычным и автоматическим, свобода воспринимается как ограниченная, следовательно, выстраиваются ограничения для окружающих, ответственность иллюзорна, жизнь направлена к смерти, в связи с этим усилена борьба за выживание. Все эти проблемы возникают из-за неправильного выбора. Обуславливает неправильность выбора низкий уровень развития рефлексии, ее фрагментарность. В процессе осознания рождаются мотивы, направляющие внимание человека на утверждение своей несчастья, ведущей становится мотивация деструктивной направленности, поддерживающая снижение волевых усилий, повышающая и укрепляющая инфантильное отношение к жизни.

В деятельности психолога-консультанта основной задачей является активизация и корректировка действия основного механизма и процесса «рефлексия – мотив – воля». Только на основании этого механизма осуществляются преобразования в психической реальности человека. Приведение действия этого механизма в конструктивное состояние есть процесс: развитие рефлексии – расширение и изменение мотивации – увеличение силы воли для разрешения

проблемы и осуществления необходимого действия.

Как только мы ввели категорию деятельности в модель системы типов психологических проблем, то сразу обнаруживает себя второй системообразующий фактор, которым является «рефлексия – мотив – воля». Если проблемы порождаются неправильным выбором, то разрешаются они за счет правильного действия механизма «рефлексия – мотив – воля». Снижение действия данного механизма приводит к «застреванию» в проблеме. Степень, глубина «застревания» в поиске правильного решения является тем критерием, на основе которого проблема с одного уровня перемещается на другой уровень в модели системы типов психологических проблем. Это приводит к другим, не консультационным видам психологической работы.

Для психотерапевтической работы в центральном квадрате займут место проблемы жизни и смерти, а также свободы и ответственности. Проблемы категоричности, исключительности и принципа, нормы перейдут на второй базовый уровень, все остальные составляющие останутся на своих местах. В работах экзистенциалистов, в частности И. Ялома «Экзистенциальная психотерапия», обосновано и логично проведена связь между проблемами жизни и смерти и проблемами свободы и ответственности [9]. Категоричность, исключительность рассматриваются не как проблема базового уровня, а как психологический защитный механизм.

В психиатрии акцентирование проблем меняется, следовательно, они занимают свои новые места в модели. Проблемы третьего базового уровня (проблемы власти и опыта), подлежащие рассмотрению в психологическом консультировании, при своей глубокой обостренной «зацикленности» перемещаются на первый уровень базовых проблем, в центральный квадрат на схеме, а также добавляется проблема рефлексии. Для психиатрии характерно нарушение рефлексии, в большинстве случаев нарушения в

приобретении опыта и конечно же во многих психиатрических заболеваниях нарушения в разрешении проблем власти. Проблемы категоричности, исключительности и принципа занимают второй базовый уровень, а проблемы жизни и смерти, свободы и ответственности – третий базовый уровень. Как и в психологическом консультировании, в психотерапии и психиатрии проблемы отношений любви и страдания, смысла и значений остаются неизменно на своих местах, занимая первый вторичный и второй вторичный уровни.

*Модель оказания помощи в саморазвитии личности.* Для полного различения разных видов психологической работы в целях выделения границ консультирования необходимо представить взаимодействующего с психологом-консультантом человека, идущего самостоятельным путем личностного роста и духовного развития. В схеме модели, в центральном квадрате, занимают место проблемы любви и страдания, смысла и значения. Глубину этих проблем, первый базовый уровень, человек постигнет, рассмотрев и подвергнув решению в первую очередь проблемы жизни и смерти, свободы и ответственности, власти и приобретения опыта, категоричности, исключительности, принципа, нормы, которые не будут для человека проблемами, а выступят в качестве вопросов, которые необходимо разрешить.

Таким образом, с помощью методологического подхода мы внесли на основе предметного содержания, четкие границы в виды деятельности: психологическое консультирование, психотерапия, психиатрия, помощь в самоактуализации. Предметное содержание этих видов деятельности мы свели к онтологической модели системы типов психологических проблем. Выделили типы психологических проблем для основных видов психологической помощи. Обозначили два системообразующих фактора в системе: на проблемном уровне – проблема выбора, на деятельностном уровне – «рефлексия – мотив – воля».

#### Библиографический список

1. *Абрамова Г. С.* Психологическое консультирование. Теория и опыт. – М.: Академия, 2001. – 240 с.
2. *Алешина Ю. Е.* Индивидуальное и семейное психологическое консультирование. – М.: Независимая фирма «Класс», 1999. – 208 с.
3. *Карвасарский Б. Д.* Клиническая психология: учебник. – СПб.: Питер, 2006. – 959 с.

4. Кочунас Р. Основы психологического консультирования. – М.: Академический проект, 1999. – 240 с.
5. Немов Р. С. Основы психологического консультирования. – М.: Владос, 1999. – 394 с.
6. Сизикова Т. Э., Волошина Т. В. Принцип динамического равновесия в типологии проблем, разработанной в рефлексивном психологическом консультировании // Сибирский педагогический журнал. – 2015. – № 4. – С. 160–166.
7. Сизикова Т. Э., Волошина Т. В. Типология проблем для рефлексивного психологического консультирования // Сибирский педагогический журнал. – 2015. – № 1. – С. 74–79.
8. 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.
9. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия. – М.: Римис, 2008. – 608 с.
10. Haygl-Evers A., Haygl F., Ott Yu., Ryuger U. The basic guide to psychotherapy. – St. Petersburg: Speech, 2002. – 507 p.
11. Bader F. Wissens- und Gottesargumente als Letrbeguindunysargumente bei Platon, Deskartes und Fishte. – Grobenzell, 1984. – 235 s.

Поступила в редакцию 25.04.2016

**Sizikova Tatyana Edyardovna**

*Cand. Sci. (Psychol.), Assist. Prof. of the Department of correctional pedagogy and psychology, Novosibirsk State Pedagogical University, tat@ccru.ru, Novosibirsk*

**Stunzha Nadezda Alexandrovna**

*Postgraduate, Faculty of psychology, National Research Institute of Higher School of Economics, nadezda.stunzha@gmail.com, Moscow*

**METHODOLOGICAL APPROACHES FOR MODELING THE SYSTEM OF PSYCHOLOGICAL PROBLEMS FOR DIFFTRENT TYPES OF PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE**

*Abstract.* The article discloses an application for the principle of systematization to distinguish between different types of psychological assistance: psychological counseling, psychotherapy, psychiatry, help for a person to self-actualization. The list of system components in regards of types of psychological problems is the same for these activities. System-forming property in the ontology of the problem is the problem of a person to choose its actions and attitudes, while in ontology of activity – complex factor “reflection – motive – will”. The relationships between the different components of the system are different. On the basis of these relationships the authors have built and schematized typological model of human psychological problems for each type of psychological assistance. Each type of psychological problems is reviewed based on the principle of dynamic equilibrium.

*Keywords:* principle of systematization, a psychological problem, typological model, reflection, types of psychological assistance.

**References**

1. Abramova, G. S., 2001. Psihologicheskoe konsul'tirovanie. Teorija i opyt [Counselling. Theory and experience]. Moscow: Academy, 240 p. (in Russ.).
2. Aleshina, Ju. E., 1999. Individual'noe i semejnoe psihologicheskoe konsul'tirovanie [Individual and family counseling]. Moscow: Nezavisimaja firma “Klass”, 208 p. (in Russ.).
3. Karvasarskij, B. D., 2006. Klinicheskaja psihologija: uchebnik [Clinical Psychology: a textbook]. St. Petersburg: Piter, 959 p. (in Russ.).
4. Kochunas, R., 1999. Osnovy psihologicheskogo konsul'tirovanija [Fundamentals of psychological counseling]. Moscow: Akademicheskij projekt, 240 p. (in Russ.).
5. Nemov, R. S., 1999. Osnovy psihologicheskogo konsul'tirovanija [Fundamentals of psychological counseling]. Moscow: Vlados, 394 p. (in Russ.).
6. Sizikova, T. Je., Voloshina, T. V., 2015. Princip dinamicheskogo ravnovesija v tipologii problem, razrabotannoj v reflektivnom psihologicheskom konsul'tirovanii [The principle of dynamic equilibrium in the typology of the problems developed in a reflexive psychological counseling]. Sibirskij pedagogicheskij zhurnal [Siberian Pedagogical Journal], 4, pp. 160–166 (in Russ., abstr. in Eng.).
7. Sizikova, T. Je., Voloshina, T. V., 2015.

- Tipologija problem dlja refleksivnogo psihologicheskogo konsul'tirovanija [Typology of problems for reflexive counseling]. *Sibirskij pedagogicheskij zhurnal* [Siberian Pedagogical Journal], 1, pp. 74–79 (in Russ. abstr. in Eng.).
8. Sizikova, T. Je., 2011. Refleksivnoe psihologicheskoe konsul'tirovanie [Reflective counseling]. *Refleksivnye processy i upravlenie: sbornik materialov VIII Mezhdunarodnogo simpoziuma "Refleksivnye processy i upravlenie"* 18–19 oktjabrja, Moskva [Reflexive processes and control: a collection materials of the VIII International Symposium "Reflexive Processes and Control" on October 18–19, Moscow]. Moscow: Kogito-centr, pp. 224–226 (in Russ.).
9. Jalom, I., 2008. *Jekzistencial'naja psihoterapija* [Existential psychotherapy]. Moscow: Rimi, 608 p. (in Russ.).
10. Haygl-Evers, A., Haygl, F., Ott, Yu., Ryuger, U., 2002. *The basic guide to psychotherapy*. St. Petersburg: Speech, 507 p.
11. Bader, F., 1984. *Wissens- und Gottesargumente als Letrbeguindunysargumente bei Platon, Deskartes und Fishte*. Grobenzell, 235 s.

*Submitted 25.04.2016*