

**ОСОБИСТІТЬ ЯК СУБ'ЄКТ
ПОДОЛАННЯ КРИЗОВИХ СИТУАЦІЙ:
ПСИХОЛОГІЧНА ТЕОРІЯ
І ПРАКТИКА**

Національна академія педагогічних наук України
Інститут психології імені Г. С. Костюка

Міністерство освіти і науки України
Сумський державний педагогічний університет
імені А. С. Макаренка

**ОСОБИСТІТЬ ЯК СУБ'ЄКТ
ПОДОЛАННЯ КРИЗОВИХ СИТУАЦІЙ:
ПСИХОЛОГІЧНА ТЕОРІЯ
І ПРАКТИКА**

Монографія

За редакцією
С. Д. Максименка, С. Б. Кузікової, В. Л. Зливкова

Книга 2

Київ – Суми
2017

УДК 159.923.2:005
ББК 88.37
О 72

ЗМІСТ

*Рекомендовано до друку
Вченою радою Інституту психології імені Г. С. Костюка
НАПН України (протокол № 4 від 7 березня 2017 р.)
Рекомендовано до друку
Вченою радою Сумського державного педагогічного університету
імені А. С. Макаренка
(протокол № 10 від 27 лютого 2017 р.)*

Рецензенти:

Бондаренко О. Ф. – академік НАПН України, доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології Київського національного лінгвістичного університету;
Смольсон М. Л. – академік НАПН України, доктор психологічних наук, професор, завідувач лабораторії інформаційних технологій навчання Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України.

О 72 **Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика** : монографія / за ред. С. Д. Максименка, С. Б. Кузікової, В. Л. Зливкова. – Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2017. – 540 с.

ISBN 978–966–698–201–1 повне зібрання
ISBN 978–966–698–23801–7 (книга 2)

Коллективна монографія присвячена сучасним проблемам психології особистості. У книзі висвітлюються теоретичні та прикладні аспекти дослідження особистості у кризових умовах і критичних ситуаціях життя. Розглядаються особливості переживання персонологічних, вікових, професійних і соціокультурних криз; умови адаптації, ресоціалізації та розвитку особистості в ускладнених умовах життя. Особливу увагу в представленому науковому доробку приділено проблемам збереження психічного здоров'я людини та надання їй психологічної допомоги в консультативно-терапевтичній практиці.

Адресується фахівцям у галузі психології та суміжних із нею дисциплін, студентам, аспірантам, широкому загалу освітян.

УДК 159.923.2:005
ББК 88.37

© Видавництво СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2017

ЗАМІСТЬ ПЕРЕДМОВИ

Особистість як суб'єкт подолання життєвих криз

С. Д. Максименко 9

РОЗДІЛ І

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТОСТІ У КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ ЖИТТЯ

- 1.1. Психологічна структура складних життєвих обставин
Ю. М. Швалб 20
- 1.2. Життєва криза і психологічне здоров'я особистості
Т. М. Титаренко 40
- 1.3. Особистість в умовах глобальних екологічних змін:
сприйняття загроз та долаюча поведінка
І. В. Кряж 61
- 1.4. Інтелектуально-особистісний потенціал як ресурс
саморегуляції суб'єкта
В. О. Олефір 81
- 1.5. Криза та її подолання в енергетичній концепції психіки і
психічного
М. Й. Варій 105
- 1.6. Структурно-функціональна характеристика тілесного я в
умовах психосоматичної кризи
Т. Б. Хомуленко 123
- 1.7. Трансформації ідентичності особистості в ракурсі
онтогенезу і травматичних життєвих подій
Т. М. Яблонська 139

РОЗДІЛ II

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ТА ІНДИВІДУАЛЬНІ ОСОБЛИВОСТІ ПОДОЛАННЯ КРИЗОВИХ СИТУАЦІЙ

- 2.1. Соціально-психологічні чинники подолання кризи ідентичності вимушених мігрантів
О. Є. Блинова 162
- 2.2. Соціально-психологічні чинники подолання посттравматичних стресових розладів у молоді в умовах сучасного соціуму
Н. Є. Завацька, В. Ю. Завацький 180
- 2.3. Психологічні особливості «виходу з війни» військовослужбовців та працівників служби порятунку
О. В. Тімченко 201
- 2.4. Посттравматичне зростання: теоретичні підходи, емпіричні методики та практичні рекомендації
С. О. Лукомська 216
- 2.5. Види і психологічні особливості студентських страхів
М. А. Кузнєцов, В. С. Шаповалова 237
- 2.6. Губристична мотивація на кризових етапах онтогенезу особистості
К. І. Фоменко 261
- 2.7. Копінг-поведінка як особистісний ресурс у кризових ситуаціях життя
Н. О. Єрмакова 278

РОЗДІЛ III

ОСОБИСТІТЬ ЯК СУБ'ЄКТ ПОДОЛАННЯ ПРОФЕСІЙНИХ КРИЗ

- 3.1. Психологічні чинники попередження професійних криз
О. М. Кокун 300
- 3.2. Сучасні дослідження професійного стресу: огляд теоретичних розвідок та емпіричних методик
В. Л. Зликов 316
- 3.3. Суб'єктна позиція студента як чинник попередження кризи професійної ідентичності майбутнього фахівця
Г. К. Радчук 337

- 3.4. Особливості криз професійного становлення майбутнього медичного психолога
А. С. Борисюк 357
- 3.5. Проблема тактичного мислення спортсменів у контексті екстремальних та невизначених ситуацій
Т. І. Щербак 377

РОЗДІЛ IV

ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ І ТЕХНОЛОГІЇ ДОПОМОГИ ЛЮДИНІ У ПОДОЛАННІ КРИЗОВИХ СИТУАЦІЙ ЖИТТЯ

- 4.1. Стратегії саморозвитку в життєвій кризі особистості: ресурсний підхід
С. Б. Кузікова 397
- 4.2. Інтерв'язія як засіб підготовки практичного психолога до здійснення консультативної роботи у кризових ситуаціях
О. Д. Сафін 420
- 4.3. Бібліотерапія як засіб превентивного копіngu
З. С. Карпенко 440
- 4.4. Казкотерапія як засіб підтримки психічного здоров'я
Л. В. Долинська, О. І. Василевська 456
- 4.5. Системна модерація в закладах освіти як засіб виходу з кризових ситуацій
К. В. Седих 475
- 4.6. Психологічний супровід батьків розумово відсталих дітей
Д. Б. Усик 496
- 4.7. Розгортання суб'єктності клієнта в контексті психотерапевтичних взаємин
Д. В. Черенщикова 515

- ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ** 534
INFORMATION ABOUT THE AUTHORS 537

11. Мэй Р. Открытие Бытия. Пер. с англ. / Ролло Мей. – М. : Институт Общегуманитарных Исследований, 2004. – 224 с.
12. Пригожин И. Р. Философия нестабильности / И. Р. Пригожин // Вопросы философии. – 1991. – № 6. – С. 46–52.
13. Юнг К.-Г. Об архетипах коллективного бессознательного / Карл Густав Юнг / Архетип и символ. – М. : Ренессанс, 1990. – С. 97–128.
14. Chi-Hsiang Hsu, Chih-Chung Su. Ten years after the 921 Earthquake A report on the posttraumatic growth of Jen-Ai Hospital in Tali, Taiwan // The Australasian Journal of Disaster and Trauma Studies. – 2010. – Vol. 2. – URL: <http://trauma.massey.ac.nz/>
15. Crumbaugh J. Everything to gain. A guidance to self-ful fillment through logoanalysis. – Chicago : Nelson-Hall Company, 1973.
16. Kelly G. A. Psychology of personal constructs. Vol. 1. – N.Y. : Norton, 1955.
17. Maddi S. R., Khoshaba D. M. Hardiness and Mental Health // Journal of Personality Assessment. – 1994, Oct. – Vol. 63, № 2. – P. 265–274.
18. Taylor A. J. W. Spirituality and Personal Values: Neglected Components of Trauma Treatment // Traumatology. – 2001. – Vol. 7, № 3. – P. 111–119.
19. Tremblay M. A., Blanchard C. M., Pelletier L. G., Valerand R. J. A Dual Rote in Explaining Health outcomes in natural disaster // Journal of Applied Social Psychology. – 2006. – Vol. 36, № 6. – P. 1502–1522.

4.2

ІНТЕРВІЗІЯ ЯК ЗАСІБ ПІДГОТОВКИ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА ДО ЗДІЙСНЕННЯ КОНСУЛЬТАТИВНОЇ РОБОТИ У КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ

О. Д. Сафін

Вміння психолога ефективно здійснювати консультативну роботу свідчить про сформованість у нього особистісних рис і професійних умінь, що є необхідними не лише для надання консультативної допомоги клієнтові, а й для ефективної професійної діяльності в цілому та успішного здійснення професійної кар'єри. До таких особистісних рис та умінь насамперед належать: системність та аналітичність мислення, вміння прогнозувати розвиток ситуації, передбачати результати прийнятих рішень; комунікативні вміння, навички ефективної міжособистісної взаємодії, вміння за допомогою психологічних властивостей впливати на інших людей; високий рівень саморегуляції, розвиток

самоконтролю, стресостійкості; здатність до рефлексії, адекватна самооцінка; активність, цілеспрямованість; уміння знаходити баланс між загальногруповим результатом і своїми інтересами; прагнення до постійного підвищення професіоналізму тощо.

Опишемо ресурси студентської інтерв'язійної групи в підготовці майбутніх психологів до надання консультативної допомоги. Оскільки студенти-психологи, як правило, не мають досвіду надання консультативної допомоги, робота навчальних студентських інтерв'язійних груп має певну специфіку порівняно з класичним розумінням інтерв'язії. Зокрема, учасникам групи надається можливість отримання досвіду консультування шляхом організації їх роботи в парах («консультант» – «клієнт») і трійках («консультант» – «клієнт» – «супервізор»). Також у роботу беруться консультативні випадки не лише із безпосереднього досвіду учасників групи, а й ті, що можуть бути представлені у вигляді аудіо-відеоматеріалів або стенограм консультацій. Крім того, студенти отримують домашні завдання, спрямовані на: розширення їх теоретичних знань з питань, що стали актуальними у поточній інтерв'язійній роботі або стосуються матеріалу, що буде запропонований студентам для розгляду при наступних зустрічах; формування уміння планувати, організовувати, проводити і аналізувати консультації з клієнтами; отримання безпосереднього клієнтського досвіду, бажано у консультантів або терапевтів, що мають відповідні сертифікати. Сукупність зазначеного матеріалу є базою для повноцінної роботи навчальної студентської інтерв'язійної групи.

Враховуючи викладене, з метою збереження коректного розуміння терміна «інтерв'язія» далі в нашому дослідженні для описання роботи студентської інтерв'язійної групи ми використовуємо термін «інтерв'язійна форма роботи». Інтерв'язійна форма роботи розглядається нами як засіб професійно-особистісного зростання студентів-майбутніх психологів, як засіб підготовки майбутніх психологів до консультативної діяльності в контексті здійснення ними професійної кар'єри. Інтерв'язійна робота є навчанням у діяльності, так званою «творчою лабораторією» [1], і слугує інструментом навчання психологів-початківців. Вона є, на наш погляд, «інтенсивним шляхом» професійного становлення психолога, оскільки під час такої роботи розвиток компетенцій майбутнього спеціаліста відбувається за рахунок усвідомлення свого професійного досвіду, отримання знань із своєї практики.

Коротко мету роботи студентської інтервізійної групи можна визначити як: ініціювання змін учасників шляхом розширення їх знань, удосконалення навичок, підвищення рівня самоаналізу і проникнення у суть речей, оволодіння способами управління власними емоціями, що виникають у різних робочих ситуаціях; і, як бажаний результат, – творча інтеграція поведінки, знань і навичок учасників, їх подальший розвиток у навчанні. Завданнями роботи студентської інтервізійної групи є створення умов: для формування у її учасників професійного мислення; для розвитку у них уміння вступати у професійну комунікацію з різними типами клієнтів, із колегами і професійним співтовариством; для використання студентами власних умінь і навичок при вирішенні теоретичних і практичних завдань професійної діяльності; для формування і удосконалення у студентів необхідних для самостійної професійної діяльності компетенцій. Кожен учасник групи привносить власні навчальні цілі. Вони уточнюються і, до певної міри, реалізуються впродовж кожної інтервізійної зустрічі.

Використовувати інтервізійну роботу у студентських групах пропонується, перш за все, на практичних і лабораторних заняттях курсів «Основи психологічного консультування», «Практикум з групової психокорекції» та «Основи психотерапії», а також розробленим окремим спецкурсом. Відповідно, група буде збиратися у визначений за розкладом час у сталому складі. Ключовим аспектом ефективного функціонування студентської інтервізійної групи є професійна і коректна робота ведучого групи. На початкових етапах роботи групи функції ведучого має виконувати викладач, за яким закріплені названі вище психологічні дисципліни. Коли група сформована, її учасникам зрозумілі мета, функції і завдання їх інтервізійної роботи. Вони мають певний досвід спостереження за роботою викладача дисципліни як ведучого групи, і з метою отримання студентами-психологами досвіду ведення інтервізійної групи функції ведучого можуть бути по черговою покладені на кожного з учасників, звісно, в коректному супроводі викладача дисципліни.

Запропонована інтервізійна робота передбачає функціонування студентської інтервізійної групи на засадах реалізації комплексу методичних принципів, основними із яких є принцип системності, принцип неперервності, принцип єдності теорії і практики. Отже, студентська інтервізійна група є інструментом навчання майбутніх

психологів як спеціалістів у сфері «допоміжних професій», інструментом підготовки їх до професійної діяльності та здійснення професійної кар'єри, оскільки в процесі інтервізійної роботи у групі студенти-психологи отримують можливість пошуку різних шляхів професійної реалізації, отримання знань, що народжуються із складних професійних ситуацій, розкриття власних ресурсів у розв'язанні проблемних питань і вирішенні професійних протиріч, відкриття нових шляхів пропрацювання складних консультативних випадків, що, у свою чергу, сприяє удосконаленню вмінь і навичок консультативної взаємодії, розвитку професійно важливих якостей і рис психолога, формуванню професійної майстерності.

При розробці програми практикуму ми спиралися на інтегративну та розвиваючу моделі інтервізії з використанням окремих технік і прийомів психотерапевтичних моделей інтервізії (балінтовської моделі, гештальт-моделі, моделі інтервізії в межах позитивної психотерапії). Такий підхід, на наш погляд, дає можливість створювати і підтримувати діалог науки і практики; уникати вузької локальності підготовки психологів до консультативної діяльності; розширяти професійні концепції, стратегічний і тактичний арсенал майбутніх психологів-практиків; формувати у студентів-психологів крос-культурний підхід до процесу консультування і сприйняття клієнта; обирати релевантні способи вироблення і апробації критеріїв оцінки професійної діяльності.

Рекомендована кількість учасників групи становить 9 (12) осіб. Основною вимогою є ділимість числа на 3, щоб учасники інтервізії могли взаємодіяти і виконувати завдання у трійках («психолог-консультант» – «клієнт» – «спостерігач-супервізор»). Приміщення має бути достатньо просторим, щоб група могла розділятися на підгрупи і знаходити для себе зручні місця у просторі для виконання поставлених завдань.

Навчальний процес у студентській інтервізійній групі здійснюється через певним чином побудовану систему стосунків, ключовими аспектами якої є «атмосфера мудрості та екологічна свідомість» [2]. Для ефективного надання консультативної допомоги психологові слід, окрім академічних знань, мати ще й такі знання, отримати які можна лише через досвід. На відміну від знання-розуміння, це «мовчазне знання-присвоєння», знання, якому не можна навчити через слово. Словами можна спробувати його описати,

проте проникнутися ним через слово неможливо. Отримати «мовчазне знання» можна лише практично – шляхом власного досвіду. Модель навчання через досвід передбачає залученість особистості в цілому на когнітивному, емоційному та поведінковому рівні.

Відповідно, ключовим завданням інтервізійної роботи є отримання практичного знання, того знання, що дається шляхом власних відкриттів. Навчання через досвід відбувається тоді, коли особистість спочатку залучається до певної діяльності, потім аналізує її, усвідомлює і, в результаті такого осмислення, певним чином змінює свою поведінку (Циклічна модель навчання через досвід (О. Бадхен), Модель навчання дорослих Д. Колба).

Структура кожної інтервізійної зустрічі студентів-психологів відповідає послідовності етапів навчання через досвід. Спочатку створюються умови для отримання студентами нового досвіду (фаза активності), потім здійснюється рефлексія отриманого досвіду, відбувається збір інформації, обмін реакціями і спостереженнями, що базується на безоцінній реакції і вмінні давати конструктивний зворотний зв'язок (фаза описання). Далі йде процес обговорення (реакцій, стереотипів, типових дій, динаміки змін і т.д.); за необхідності здійснюється доповнення теоретичною інформацією (фаза пропрацювання). Наступним етапом є з'ясування значення своїх реакцій, розуміння їх суті та формування відповідних принципів, на які можна було б спиратися у своїй професійній діяльності (фаза узагальнення). Останній етап роботи з новою інформацією спрямований на визначення конкретних кроків перенесення отриманого досвіду і нових знань у зв'язку з ним у практичну діяльність, а також на пропрацювання нового досвіду та закріплення отриманих знань у нових практичних ситуаціях (фаза використання).

Теорією і техніками психологічного консультування студенти-психологи, що стали членами Клубу, мають оволодіти у процесі вивчення курсу «Основи психологічного консультування». Частково консультативну практику вони вже отримали на лабораторних заняттях із курсу «Основи психологічного консультування», а також поза межами ВНЗ, роблячи перші кроки в наданні консультативної допомоги за запитом, зокрема, в період проходження психологічної практики. Відповідно, Інтервізійний Клуб має стати для них професійним середовищем, тим місцем, де збирається і працює професійна спільнота. Тим середовищем, де кожен учасник

інтервізійного процесу має змогу поглибити свої знання з теорії психологічного консультування; розширити свій кругозір стосовно технік, прийомів і моделей психологічного консультування; безпосередньо отримати практику надання консультативної допомоги, а також професійну підтримку. Тим середовищем, де створено умови для прояву творчого підходу в організації та веденні консультативної бесіди, для формування і розвитку професійно-важливих рис, якостей і вмінь.

Метою роботи «Студентського Інтервізійного Клубу» є формування і розвиток в учасників інтервізійного процесу професійно важливих рис, якостей і вмінь, що отримали найбільшу факторну загрузку під час статистичної обробки діагностичних даних констатувального експерименту.

Основні завдання учасників інтервізійного процесу: проведення аналізу консультативної роботи у запропонованому на інтервізію випадку: виділення запиту клієнта, окреслення кола його проблематики, за необхідності – визначення типології клієнта, аналіз структури та етапів проведеної психологом консультативної бесіди з клієнтом, детальне вивчення прийомів і технік, застосованих консультантом у роботі, аналіз змін (або їх відсутності), що відбулися з клієнтом наприкінці консультації; складання план-прогнозу подальшої консультативної роботи з таким клієнтом; формулювання пропозиції з організації і здійснення консультативного впливу на клієнта за умови неефективної роботи консультанта у запропонованому на інтервізію випадку; ведення щоденника консультацій, складання протоколів інтервізійних зустрічей і заповнення карток процес-аналізу консультацій; надання зворотного зв'язку учасникам групи; пошук та підсилення власних ресурсів для успішної роботи з клієнтами.

У формулюванні мети і завдань інтервізійної роботи студентів-психологів нами були враховані мета і завдання інтервізії в цілому, мета і завдання психологічного консультування, а також вимоги до професійної підготовки психолога-консультанта та професіограма психолога-консультанта. В процесі інтервізійних зустрічей основна увага акцентується на вирішенні консультативних завдань, що пропонуються у формі проблемних психологічних ситуацій; розгляді та аналізі консультативних випадків; реальному наданні консультативної допомоги, що здійснюється «у трійках» («консуль-

тант» – «клієнт» – «спостерігач-супервізор»). Під час такого моделювання консультативного процесу студенти з позиції консультанта відпрацьовують базові психоконсультативні навички та вміння, з позиції клієнта отримують безпосередній клієнтський досвід, а з позиції спостерігача-супервізора вчать професійно аналізувати консультації в групових обговореннях, метою яких є розвиток рефлексії і професійної самосвідомості студентів-психологів, їх творчого мислення і креативного ставлення до консультативного процесу. Під час такої групової дискусії відбувається обмін думками стосовно описаних причинно-наслідкових зв'язків і закономірностей, дається психологічна інтерпретація проблеми, обговорюються можливі шляхи консультативної допомоги і т. д.

Програма практикуму «Інтерв'їзна робота: шлях до ефективного консультування та здійснення професійної кар'єри» складається із трьох блоків, планування і практичне впровадження яких здійснювалося з урахуванням вихідних основ андрагогіки і андрагогічних принципів навчання і базувалося на циклічній моделі навчання через досвід (О. Бадхен) та моделі навчання дорослих (Д. Колба). Обсяг програми склав 64 академічні години. Заняття зі студентами проводилися два рази на тиждень. При розробці програми практикуму враховувалися такі принципи: дидактичні, що враховують обсяг та глибину знань у студентів-психологів з теоретичних основ надання психологічної консультативної допомоги; наявність або відсутність досвіду професійної діяльності; психолого-педагогічні, які враховують індивідуально-психологічні особливості студентів – майбутніх психологів; практично-професійні, що враховують наявні та перспективні можливості виконання студентами професійної діяльності.

Перший блок програми спрямований на оволодіння студентами основними мікротехніками консультування; на формування та розвиток у них основних мікронавичок консультативної взаємодії; ознайомлення з вибраними моделями психологічного консультування, що мають найбільшу евристичну цінність і можуть застосовуватися психологом у прикладній діяльності незалежно від обраної парадигми (концепції) надання психологічної допомоги. Відповідно, завданням першого блоку програми є актуалізація та закріплення знань з теорії психологічного консультування та оволодіння студентами техніками надання консультативної допо-

моги шляхом отримання досвіду консультативної практики в умовах залученості студента до професійної спільноти.

Другий блок програми практикуму «Інтерв'їзна робота: шлях до ефективного консультування та здійснення професійної кар'єри» спрямований на формування і розвиток професійно важливих якостей та вмінь психолога-консультанта: здатності до самоконтролю і саморегуляції; рефлексії; емпатії; конгруентності; життєстійкості, що проявляється у терпимості до фрустрації та невизначеності, в умінні стійко приймати невдачу; інтересу і поваги до інших людей; віри у здатність клієнта до позитивних змін і розвитку; гнучкості мислення та поведінки, творчого професійного мислення; діалогізму, стійкої внутрішньої позиції «Я–Ти відносини» [3]; відкритості до відмінних від власних поглядів і цінностей тощо. Таким чином, завданням другого блоку програми є формування особистості психолога-практика (його особистісних рис, якостей, світоглядних установок), яка є серцевиною ефективності надання психологічної консультативної допомоги.

Третій блок програми практикуму спрямований на формування та вдосконалення вміння планувати, проводити і професійно аналізувати психологічну консультацію шляхом роботи у трійках («клієнт» – «консультант» – «спостерігач-супервізор») та роботи на групу («клієнт» – «консультант», решта членів групи «спостерігачі-супервізори»), а також у процесі розгляду представлених консультативних випадків. Відповідно, ключовим завданням третього блоку програми є розвиток творчості у професійній діяльності майбутніх психологів, робота над персональним стилем консультативної діяльності, що становить вершину професіоналізму психолога-практика.

Ключовим аспектом в інтерв'їзній роботі є розгляд питання про взаємодію і співвідношення трьох вимірів: суб'єктності клієнта (його внутрішньої реальності, «карти території»), об'єктивного світу («території», тобто подій, фактів, обставин) та суб'єктності самого консультанта (його внутрішньої реальності). Основні колізії в консультативній роботі відбуваються на перетині цих трьох вимірів. Їх змішування та плутанина призводять до виникнення психологічних проблем клієнта («карта світу, території» не відображає релевантні елементи «території» або приймається за саму «тери-

торію»), до порушення екологічності роботи консультанта (власна «карта» сприймається консультантом як більш точне відображення «території» клієнта, ніж «карта» самого клієнта, і призводить до того, що метафорично описується як «підкидання своїх тарганів» клієнту), до феномену переносу (трансферу) і контрпереносу. Формуванню і розвитку вміння розрізняти ці виміри присвячена значна частина інтервізійної роботи в кожному із трьох блоків.

Технічно реалізувати мету і завдання і структурувати роботу «Студентського Інтервізійного Клубу» вдалося, спираючись на П'ятикрокову модель психологічної допомоги (самопомоги), запропоновану в Позитивній психотерапії (Positum-підхід Н. Пезешкіана) і застосовувану в роботі інтервізійних груп, що функціонують у межах Positum-підходу (рис. 1). Ця модель містить п'ять стадій (кроків) – спостереження (дистанціювання), інвентаризація, ситуативне підбадьорювання, вербалізація, розширення системи цілей, – кожна з яких має свою мету і реалізується відповідними психотерапевтичними техніками, мікротехніками та прийомами.

Метою першої стадії є створення можливості для дистанціювання учасником інтервізійної групи від заявленої ним проблемної ситуації, що дозволяє йому зайняти позицію спостерігача і охопити «картину в цілому», максимально конкретизувати описану ситуацію.

Стадія інвентаризації сприяє розумінню учасником групи змісту його реакцій і способів поведінки в заявленій ним професійній ситуації, з'ясуванню його життєвих настанов, що спрацьовують у нього в процесі консультативної взаємодії з клієнтом. Завдяки цьому учасник інтервізійного процесу відкриває для себе нові критерії для самооцінки, перегляду власних ресурсів і світоглядних переконань. На стадії ситуативного підбадьорювання головною метою є повернення учасника групи в ресурсний стан шляхом підкреслення його досягнень і усвідомлень, що відбулися під час пропрацювання ним означеної проблемної ситуації, акцентування на особистісних якостях, максимально сприятливих для реалізації консультативного запиту.

Основна мета стадії вербалізації – уточнення запиту і, як результат, конкретне і конструктивне обговорення заявленої проблеми в атмосфері довіри та розуміння. Результатом роботи на стадії розширення системи цілей мають стати відповіді



Рис. 1. П'ятикрокова модель психологічної допомоги/самопомоги (Positum-підхід Н. Пезешкіана)

учасника групи на запитання: «Що я буду робити, якщо у мене більше не буде цієї проблеми?», «Як складатиметься моя консультативна діяльність, якщо я ефективно зможу вирішувати питання подібної проблематики?», «Які ресурсні можливості відкрила для мене пропрацьована проблемна ситуація?» і т.д.

Використання описаних вище стадій (етапів) консультативної допомоги або самопомоги в Positum-підході, незалежно від заявленої проблемної тематики, сприяє конструктивній організації роботи інтервізійної групи, навчає її учасників структуровано і детально вивчати висунуті запити, поетапно і планомірно шукати можливі шляхи досягнення бажаної консультативної мети.

Одним із ключових умінь психолога є вміння професійно аналізувати консультацію. Здійснений теоретичний аналіз наукової та методичної літератури із цього питання дав підстави виділити

такі ключові аспекти (фокуси уваги) процес-аналізу консультації: консультативні стосунки; зміст роботи; етапи консультативного процесу; план-прогноз роботи на майбутнє; власні відкриття і досягнення (консультанта) у процесі роботи. Відповідно, в інтерв'язній групі студенти мають навчатися професійно здійснювати аналіз консультативної роботи. З цією метою ми детально вивчили існуючі наукові дані та узагальнили методичні рекомендації стосовно аналізу роботи психоконсультанта і створили таку схему аналізу психологічної консультації (рис. 2), у якій намагалися максимально відобразити всі ключові аспекти консультації, а також описані нами чотири основні позиції (модуси), на які орієнтується і у яких перебуває психолог під час консультативної роботи з клієнтом. Зупинимося детальніше на розгляді кожного з векторів (фокусів) процес-аналізу консультації.

Можна скористатися різними варіантами аналізу ролей, запропонованих у літературі: Г. Абрамова – взаємодія на рівних, діалогічність [4]; взаємодія з позиції «зверху», директивність; взаємодія з позиції «знизу», постійне підлаштовування під клієнта; В. Меновщикова – консультант-порадник; консультант-помічник; консультант-експерт [5]; С. Петрушин – консультант як «дзеркало» [6]; консультант як «будильник»; консультант як «посередник»; консультант як «лялька», а також психолог-консультант як «друг», як «педагог», як «лікар», як «слідчий», як «авторитет»; Е. Берн – взаємодія психолога-консультанта з позиції «Батька», з позиції «Дорослого» або з позиції «Дитини» [7] та ін.

З-поміж іншого назвемо:

- розгляд бар'єрів у спілкуванні з клієнтом, серед яких можуть бути: стать клієнта, його зовнішність, вік, соціальний статус, життєві цінності, уподобання, релігійні погляди тощо; виділення типології клієнта;
- роботу з механізмами психологічного захисту, що спрацювали під час консультації (витіснення, проекція, знецінювання, перенос і контрперенос, заміщення, заперечення, конверсія, інтелектуалізація, раціоналізація, регресія, сублімація, формування реакції, ідентифікація, опір у консультуванні);
- аналіз динаміки стосунків у консультативній роботі, виділення стадій взаємодії між психологом-консультантом і клієнтом (стадії «злиття», «диференціації», «виходу з контакту»).

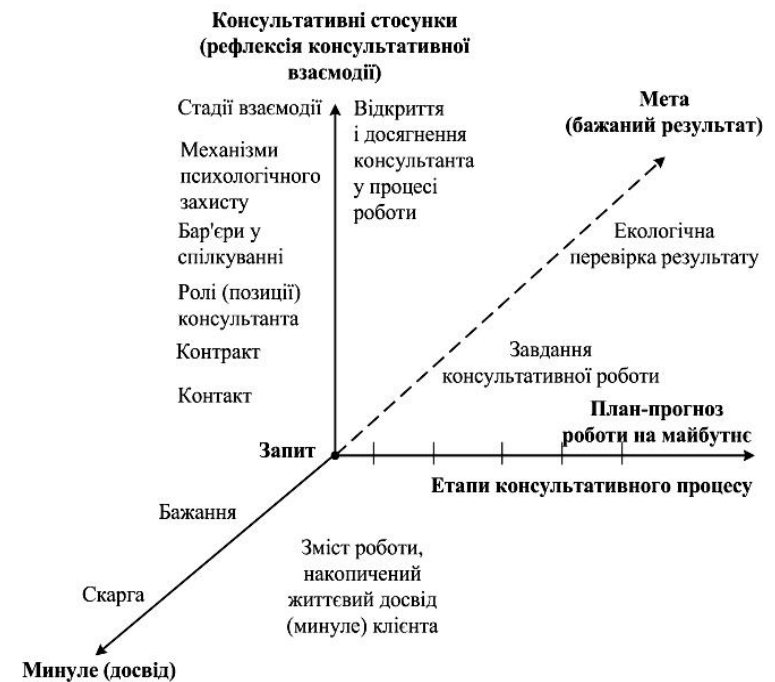


Рис. 2. Схема аналізу психологічної консультації

Вектор «Етапи консультативного процесу». Наступним етапом процес-аналізу консультації є аналіз процесу консультативної допомоги, його структури. У літературі з психологічного консультування і психотерапії подаються різні моделі (алгоритми) структурування консультативної взаємодії з клієнтом. Ми вважаємо, що в інтерв'язній роботі студенти-психологи можуть користуватися будь-яким із запропонованих алгоритмів. Це може бути як індивідуальний вибір кожного з учасників групи, так і колективне рішення для всіх членів групи. Проте незалежно від того, поглядами яких психологічних шкіл керується психолог у своїй консультативній діяльності, аналізуючи структуру і алгоритм проведеної консультації, він має звернути увагу на повноту і різнобічність розгляду скарги клієнта; коректність збору інформації про проблемну ситуацію; чіткість формулювання і ретельність пропрацювання гіпотези (гіпотез) стосовно природи проблем клієнта; широту напрацювання альтернативних рішень та успіш-

ність пошуку ресурсів клієнта для їх реалізації; ефективність формування наміру клієнта щодо конкретних дій з метою досягнення бажаного результату; міру задоволеності клієнта результатами консультації.

Вектор «Минуле / Досвід». У цьому блоці аналізу важливо виділити «з чим прийшов клієнт», який його попередній досвід вирішення цієї або подібних ситуацій, у якому емоційному стані він звернувся за допомогою. Необхідно виділити скаргу, бажання і запит клієнта, а також описати й аргументувати психоконсультативні техніки, моделі і прийоми, що застосовувалися консультантом для «просування клієнта» від озвучення скарги до формування консультативного запиту.

Вектор «Мета / Бажаний результат». У цьому напрямі аналізу консультації необхідно окреслити основні завдання консультативної роботи з клієнтом і бажаний результат / мету зустрічі (чи запланований кінцевий результат тривалої консультативної роботи); описати, як здійснювалася екологічна перевірка запланованого і досягнутого; виділити й обґрунтувати застосовані під час консультативної роботи моделі, техніки та прийоми.

Завершальним етапом процес-аналізу психологічної консультації є складання план-прогнозу роботи на майбутнє (з даним клієнтом, якщо з ним ще заплановані зустрічі, або з клієнтами цього типу, або з колом питань цієї проблематики).

Описана структура аналізу консультативної зустрічі була запропонована учасникам інтервізійної роботи як для аналізу власних консультацій, так і для вивчення консультацій, представлених для розгляду у групі. В другому випадку в процесі аналізу за вектором «Консультативні стосунки» частина пунктів (ті, що можна об'єктивно спостерігати в ролі спостерігача-супервізора: контакт, контракт, ролі (позиції) консультанта, стадії взаємодії) аналізується аналогічно аналізу власної консультації. А ті, де неможливо повністю простежити переживання і внутрішні реакції консультанта (рефлексія консультативної взаємодії, механізми психологічного захисту і бар'єри у спілкуванні з клієнтом), за винятком відстежених невербальних сигналів, аналізуються з «позиції третього (спостерігача-супервізора)». Тут важливо дати відповіді на такі запитання: «Що я (спостерігач-супервізор) відчував, спостерігаючи за консультацією?», «Спектр яких емоцій сповнював мене під час спостереження за консультацією?», «Чи мав місце під час спостереження перенос як механізм психологічного захисту?», «Чи можна відстежити власні бар'єри в роботі з клієнтом такого типу?», «Які відкриття я зробив у процесі спостереження і вивчення запропонованого консультативного випадку?». Окремо слід відповісти на запитання «Який план-прогноз подальшої роботи я можу запропонувати?».

Детальний і структурований аналіз консультативної сесії сприяє формуванню і вдосконаленню вміння професійно аналізувати, конструктивно прогнозувати та цілеспрямовано планувати подальшу консультативну роботу з клієнтом, що, у свою чергу, стимулює розвиток цілого ряду професійно-важливих якостей і вмінь, у тому числі таких, як рефлексія, здатність до самоуправління (аналіз протиріч, планування, вироблення критеріїв оцінки якості досягнутого, прийняття рішень, корекція дій, планів), творче ставлення до професії, інтуїція, організаторські здібності, орієнтація на адекватність сприйняття і розуміння партнера, орієнтація на прийняття партнера зі спілкування та ін.

Для гарантування психологічної безпеки інтервізійного процесу на першій зустрічі важливо обговорити і прийняти основні правила роботи студентської інтервізійної групи. До загального переліку правил були включені такі: прийняття і дотримання правил інтервізійної групи є обов'язковою умовою участі в роботі групи; група працює в чітко визначений час, 80 хв. (дві академічні години), двічі на тиждень; починаючи із шостої зустрічі ведучий групи змінюється по черзі (за списком, складеним учасниками групи) на кожній інтервізійній сесії; основним завданням ведучого є стеження за дотриманням учасниками групи регламенту і правил інтервізійної роботи; етичні принципи здійснення інтервізії відповідають деонтологічним принципам у консультативній роботі, основу яких становлять Етичний кодекс психолога, Етичні стандарти професійних спілок психологів і психотерапевтів, у яких детально висвітлена етика надання психологічної допомоги; робота в групі базується на фундаментальних психологічних настановах у роботі консультанта [8]: настанова на розуміюче глибинне слухання; настанова на не осудження і на співчуття; віра в іншу людину; повага до свобод іншої людини; настанова на тепло і сердечність; настанова на невдаваність, щирість; обговорення конфіденційного матеріалу (консульта-

тивні випадки учасників групи) інтервізії поза групою є неприйнятним; кожен інтервізований (репрезентант – той, чий консультативний випадок розглядається) має право у будь-який момент використати правило «Стоп!» (без додаткових пояснень відмовитися від відповіді).

Для ефективної інтервізійної роботи, для коректності взаємодії учасників групи в процесі роботи з консультативними випадками, для формування професійного світогляду майбутніх психологів важливо обговорити та взяти за основу в інтервізійну роботу низку базових припущень (пресупозицій), що стосуються учасників групи як з позиції консультанта, так і з позиції клієнта, а також процесу та інтервізійної й консультативної роботи.

Базове припущення (пресупозиція) – це сформульована думка, яку беруть за основу світобачення без зайвих доказів її істинності. Використання базових пресупозицій є необхідною умовою побудови ефективної дієвої моделі консультативної допомоги. Практикуючими психологами, психоконсультантами, психотерапевтами були розроблені та описані загальні базові припущення, що на сучасному етапі розвитку консультативної теорії та практики беруться за основу в консультативній роботі.

З метою коректного надання зворотного зв'язку і озвучення власних поглядів, відкритого прояву емоцій і почуттів, адекватного висловлення потреб і бажань у процесі інтервізії учасникам групи пропонувалося користуватися «Я-висловлюваннями» («Я-повідомленнями») – як способом повідомлення про власні переживання, потреби, погляди від першої особи.

Застосування в інтервізійному процесі учасниками групи техніки «Я-повідомлення» сприяє не лише формуванню у них навичок професійної консультативної взаємодії (уміння вислуховувати, уміння підтримувати контакт, уміння проявляти інтерес і повагу до іншої людини та відкритість до поглядів і цінностей, відмінних від власних), а й самопізнанню, розвитку особистісної рефлексії, конгруентності, емпатії, гнучкості мислення і поведінки, здатності до самоконтролю і саморегуляції та діалогізму в спілкуванні. Саме тому комунікативна взаємодія в інтервізійній групі має здійснюватися переважним чином шляхом застосування «Я-висловлювань».

Перший блок програми практикуму «Інтервізійна робота: шлях до ефективного консультування та здійснення професійної

кар'єри» складається з 10 занять (інтервізійних сесій). Головним завданням цього блоку є консультативна робота (практика) студентів у трійках «клієнт» – «консультант» – «спостерігач-супервізор» і виконання запропонованих ведучим завдань із подальшою рефлексією почуттєвих переживань і отриманого досвіду. Після завершення кожної вправи «клієнт» обов'язково надає зворотний зв'язок «консультантові», а «спостерігач-супервізор», спираючись на схему аналізу консультації (рис. 2) і враховуючи правила надання зворотного зв'язку, коментує роботу «консультанта».

Після кожної такої роботи в мікрогрупах студенти збираються разом (у «загальне коло») і обговорюють отриманий досвід, спираючись на П'ятикрокову модель психологічної допомоги / самопомоги (рис. 1). Послідовність використання запропонованих нижче форм роботи в інтервізійному процесі варіювалася залежно від специфіки роботи конкретної студентської групи, потреб і запитів учасників групи, з урахуванням наявного попереднього консультативного досвіду студентів.

Основа першого блоку склав комплекс вправ, спрямованих на відпрацювання «мікротехнік» консультування і формування у студентів «мікронавичок» надання консультативної допомоги. Мікротехніки – це елементарні, найбільш прості за структурою (хоча і не завжди прості за виконанням) техніки, однозначні за змістом (тобто за тим, що робить психолог), але зазвичай багатофункціональні за призначенням (за тим, з якою метою він це робить). Мікронавички – це елементарні складові спілкування під час інтерв'ю, що допомагають психологові розвивати здатність взаємодіяти з клієнтом більш цілеспрямовано і створюють фундамент цілеспрямованого інтерв'ювання і консультування, забезпечують його конкурентними альтернативами, які можна використовувати у взаємодії з різними типами клієнтів.

До першого блоку практикуму нами також було включено такий метод роботи, як «мозковий штурм». Мозковий штурм використовується переважно для пошуку нових ідей та генералізації отриманої інформації. Це дієвий метод використання досвіду учасників для розв'язання проблем і розробки ідей. Мета мозкової атаки – генерувати щонайбільше думок із заданої теми. Головне правило мозкового штурму: найкращий спосіб отримати добру ідею – це продукувати багато різних ідей, які пізніше будуть оцінені і з яких обереться найкраща.

У перший блок практикуму увійшла також аналітична робота з консультативними випадками, стенограми яких подані в літературі з психологічного консультування, а також опрацювання та аналіз трьох фрагментів «зустрічей у майстерні психологічного консультування» С. Петрушина, поданих у його книзі «Майстерня психологічного консультування». У роботі із запропонованими фрагментами головними завданнями для студентів є вивчення досвіду надання психологічної допомоги іншими психологами-початківцями та досвідченим психологом-консультантом, аналіз специфіки взаємодії в інтерв'язійному процесі, прояснення механізмів формування у психолога-початківця мікронавичок психологічного консультування. Робота зі стенограмами здійснюється за схемою аналізу психологічної консультації (рис. 2).

Другий блок програми практикуму «Інтерв'язійна робота: шлях до ефективного консультування та здійснення професійної кар'єри» складається з 10 інтерв'язійних сесій і має на меті формування і розвиток професійно важливих особистісних якостей і вмінь майбутнього психолога шляхом виконання запропонованих вправ, опрацювання стенограм консультативних випадків, аналізу характерів персонажів кінофільмів і телевістав.

В умовах дефіциту навчального часу для формування навичок роботи з клієнтом і розвитку вміння професійно аналізувати психологічну консультацію, для засвоєння базових пресупозицій консультативного процесу та фундаментальних психологічних настанов у роботі психолога-практика, для розвитку рефлексії, емпатії та професійної інтуїції, для формування професійного мислення, вміння аналізувати розповідь клієнта і ставити запитання, вміння спостерігати за клієнтом і відстежувати не лише вербальні, а й невербальні його прояви може успішно застосовуватися аналіз поведінки персонажів вітчизняних і зарубіжних художніх та документальних фільмів, а також телевістав, де майстерно змальовані почуття, переживання і особливості прояву психіки людини, де яскраво і достовірно відображені картини стану суспільства та ступінь і специфіка розвитку в такому суспільстві міжособистісних, професійних, родинних та інтимно-особистісних взаємин, наявних і прихованих тенденцій поведінки та самопрезентації особистості, що в поєднанні з подальшим обговоренням у групі (з опорою на принципи і правила інтерв'язійного процесу, а також з коментарями

фахівця) є цінним метафоричним матеріалом для підготовки майбутніх психологів до здійснення професійної кар'єри.

Студенти переглядають удома (в мікрогрупах, по троє і більше осіб) фільм або телевізійну виставу, далі в мікрогрупах учасниками здійснюється рефлексія своїх переживань з приводу побаченого і вербалізація чуттєвого досвіду переживання. На наступній інтерв'язійній зустрічі відбувається загальне обговорення (за П'ятикроковою моделлю психологічної допомоги / самопомоги (Positum-підхід Н. Пезешкіана) (рис. 1). На завершення ведучий надає розгорнутий коментар щодо особливостей поведінки героїв: психологічних проблем, що спостерігаються під час їх міжособистісного, професійного або сімейного спілкування; наслідків психологічної травматизації, що виявляються у їх взаєминах з оточуючими та ставленні до себе. Перегляд кінофільмів і телевістав із подальшим обговоренням виконує низку навчально-практичних функцій: формування у студентів навичок вивчення психологічних станів, психічних порушень, поведінки індивіда методом спостереження; розвиток уміння встановлювати зв'язки між психотравмуючими ситуаціями, пережитими індивідом, та наявною деструкцією у сфері міжособистісних, професійних, сімейних та інтимно-міжособистісних взаємин та особистісній сфері; розвиток у студентів рефлексії з вербалізацією чуттєвих переживань у форматі групової психологічної роботи; вироблення у психолога-початківця системи базових терапевтичних метафор для роботи з клієнтом.

Робота з відеоматеріалами (кінофільми, телевістави) в інтерв'язійній групі дозволяє продемонструвати важливість уміння психолога виділяти і прояснювати саме факти, які за своєю природою є безоцінними. У той самий час оцінки, ярлики занадто обмежують роботу консультанта, його сприйняття кожного конкретного клієнта. Коли проводиться аналіз і обговорення побаченого матеріалу, феномен викривлення сприйняття під час міжособистісного оцінювання проявляється особливо яскраво. Учасники групового процесу часто приписують героям своє бачення ситуації, перекривають реальність героя своєю внутрішньою реальністю. Таким чином, подібний аналіз дозволяє продемонструвати, що опора на факти наближає психолога до реальності клієнта і його проблеми.

Третій блок програми практикуму «Інтерв'язійна робота: шлях до ефективного консультування та здійснення професійної кар'є-

ри» складається із 12 занять (інтервізійних сесій). Головним завданням цього блоку є консультативна практика студентів у трійках «клієнт» – «консультант» – «спостерігач-супервізор» із подальшим професійним аналізом проведеної консультації (рис. 2), а також робота із запропонованими стенограмами консультацій і відеоматеріалами, з подальшою рефлексією чуттєвих переживань і отріаного досвіду.

Крім того, у третьому блоці обов'язковою для кожного студента є «супервізійна консультація на групу» запрошеного клієнта. Запрошеними клієнтами є студенти, що не ввійшли до експериментальних груп і не беруть участі в роботі інтервізійної групи. Заздалегідь складається графік проведення відкритої (для членів інтервізійної групи) консультації учасниками інтервізійної групи. Клієнтів добирає ведучий групи (викладач), попередньо укладаючи з кожним психологічний контракт, у якому детально пояснюються права і обов'язки клієнта, описується специфіка надання консультативної допомоги в інтервізійній групі та в письмовій формі підтверджується згода клієнта на отримання такої психологічної консультації.

Під час супервізійної консультації члени інтервізійної групи уважно стежать за роботою «консультанта» і роблять відповідні записи згідно зі схемою аналізу психологічної консультації (рис. 2). Консультація триває 20-25 хвилин. Перед консультацією ведучий групи (викладач) дає настанови «консультанту» і «спостерігачам-супервізорам», у яких обов'язково наголошує на тому, що супервізійна консультація є формою професійного навчання (а не лише перевіркою рівня знань та сформованості професійних умінь); завданням «консультанта» є демонстрація фрагмента консультації, в процесі якої необхідно зробити завершений мінімум: встановити контакт з клієнтом, укласти психологічний контракт, виділити скаргу клієнта, перевести її в бажання, на основі якого сформулювати консультативний запит, застосувати кілька консультативних технік для задоволення запиту клієнта, підвести підсумки і відпустити клієнта в ресурсному стані; завданням решти членів групи є надання консультанту розвиваючого зворотного зв'язку.

Після завершення консультації «клієнт» за бажанням може залишитися у групі та послухати професійне обговорення консультації. В такому випадку, за правилами інтервізійної роботи, перше слово надається «клієнтові», щоби він мав можливість висловити

свої емоції, переживання і думки стосовно консультації. Звісно, «клієнт» може скористатися правилом «Стоп!». Після «клієнта» можливість висловитися отримує «консультант», який коротко, спираючись на схему аналізу психологічної консультації (рис. 2), аналізує проведenu консультацію і обов'язково складає план-прогноз можливої подальшої роботи з даним «клієнтом». Також «консультантові» важливо самостійно виділити свої проблемні зони (зони професійного росту) в наданні консультативної допомоги й акцентувати увагу на своїх професійних досягненнях за період роботи в інтервізійній групі. Таку рефлексію і самоаналіз можна робити з опорою на Модель ефективного психолога-консультанта.

Далі в роботі активну участь беруть «спостерігачі-супервізори». Процес надання професійного зворотного зв'язку «консультантові» членами інтервізійної групи базується на П'ятикроковій моделі психологічної допомоги / самопомоги. Для структурування даної роботи можна скористатися варіантом, коли всі учасники інтервізійної сесії під керівництвом ведучого по черзі висловлюються стосовно поставлених запитань. Можлива, звісно, і вільна дискусія в групі. Завершальним етапом надання зворотного зв'язку є виокремлення членами групи сильних сторін і зон професійного росту «консультанта». Наступним кроком є надання зворотного зв'язку ведучим групи (викладачем), завданням якого є узагальнення сказаного у групі та висловлення власного бачення обговорюваної ситуації. Обов'язковою умовою завершення зворотного зв'язку є підтримання професійного ресурсного стану «консультанта». Завершальний етап обговорення – висловлення «консультантом» своїх відчуттів і думок стосовно почутого, а також підведення підсумків і відповіді на запитання: «Що нового я сьогодні дізнався про себе як про психолога-консультанта?», «Які зауваження і пропозиції будуть мною враховані у подальшій роботі з клієнтами?», «Що з почутого у групі є для мене ресурсним, підбадьорливим?».

Таким чином, для ефективного здійснення професійної кар'єри суб'єкту необхідно усвідомлювати особливості своєї особистості, враховувати міру відповідності цих особливостей вимогам обраної професії та цілеспрямовано розвивати в собі необхідні для професійної діяльності якості та вміння, що, власне, і здійснює інтервізія.

Література

1. Шукина Ю. В. Супервизия в психологической практике: метод оценки и развития профессионала (тезисы). Бюллетень Международной научно-практической конференции «Европейское качество профессионального высшего образования: критерии оценки и динамика развития». – Рига, 2004. – С. 87–89.
2. Уильямс Э. Вы – супервизор. Шестифокусная модель, роли и техники в супервизии / Э. Уильямс [Пер. с англ. Т. С. Драбкиной]. – М.: Независимая фирма «Класс», 2001. – 288 с.
3. Бубер М. Встреча с монистом. Демон во сне (пер. А. Н. Портнов) // Личность. Культура. Общество. – 2008. – Вып. 1 (40). – С. 21–31.
4. Абрамова Г. С. Психологическое консультирование: Теория и опыт. Учебное пособие для студ. высших пед. учеб. Заведений / Г. С. Абрамова – М.: Изд. центр «Академия», 2000. – 240 с.
5. Меновщиков В. Ю. Психологическое консультирование: работа с кризисными и проблемными ситуациями / В. Ю. Меновщиков. – [2-е изд., стер.]. – М.: Смысл, 2005. – 182 с.
6. Петрушин С. В. Мастерская психологического консультирования / С. В. Петрушин. – СПб.: Речь, 2006. – 184 с.
7. Берн Э. Психоанализ и психотерапия для непосвященных / Э. Берн [пер. с англ. А. Федоров]. – СПб.: Реноме, 1998. – 496 с.
8. Титаренко Т. М. Кризове психологічне консультування / Т. М. Титаренко. – К.: Главник, 2004. – 116 с.

4.3

БІБЛОТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ ПРЕВЕНТИВНОГО КОПІНГУ

3. С. Карпенко

Складність сучасного суспільного життя, зумовлена глобальною віртуалізацією фінансово-економічних, політико-ідеологічних, культурно-мистецьких процесів та інформаційно-комунікативних впливів, ставить перед пересічною особою як агентом, адресатом-реципієнтом надважке завдання ціннісного самовизначення, повсякчасного екзистенційного вибору задля усвідомленого, раціонально вмотивованого захисту власної автентичності від чужих імперативних «голосів» – смислів, щільність яких у потужному інформаційному потоці залишає мало шансів для

незаангажованої «об'єктивної» думки, критичного рефлексивного судження особистості, набуття і прояву її копінг-компетентності у відстоюванні права на індивідуальну життєтворчість. В умовах тотального взаємного поборення ціннісно-мотиваційних дискурсів, які генеруються й ретранслюються могутніми електронними ЗМІ, як не загубитися «маленькій людині»? Як їй зберегти за собою ексклюзивний привілей онтологічної суб'єктності, не розчинившись у нівелювальному «шумі» потужних інформаційних хвиль, не піддавшись «рятивному» самообману псевдоістин, що, як чужорідні інтроекти, підмінять їй «карту світу» – вибудують світогляд за чужими критеріями, навчать жити за інерцією стереотипу, під тиском обтяжливих колективних уявлень, у лоні домінантного ідеологічного нарративу тощо?

У цьому зв'язку варто активізувати пошуки верифікованого психотерапевтичною практикою здоров'язберігального реконструктивного інструментарію, релевантного сучасному мультикультурному контексту особистості з усіма його загрозами, викликами й імпліцитними ресурсами. Попри беззаперечну користь оздоровлення глобального і приватного ментального середовища соціалізації та життєздійснення особистості, складно опосередкованого медіатехнологіями, різними психотерапевтичними методами й техніками, перевагу все ж потрібно надавати інтегративним підходам з притаманним їм холистичним баченням природи людини, множинної взаємної детермінації її поведінки, діалектичним розумінням взаємозв'язку вад і ресурсів розвитку, мальним поєднанням директивності терапевта й відповідальності клієнта, можливостями компенсації негативного досвіду, позитивними поведінковими моделями, когнітивним спростуванням соціально-перцептивних спотворень і рефреймінгом звичних учинкових патернів тощо.

Зазначеним вимогам повною мірою відповідає схема-терапія, заснована Джефрі Янгом і розвинена його послідовниками (Дж. Фаррелл, Ш. Шоу, Х. ван Гендерен, Д. Бернстайн, А. Арндт, Г. Якоб та ін.) [2; 21; 22]. Незважаючи на те, що схема-терапія здійснюється в індивідуальному, парному (наприклад, подружньому) й груповому форматах, вважаємо за необхідне екстраполювати її надбання на аксіокорекцію ментального макросередовища особистості з огляду на її базові потреби і цінності, часто-густо розбалансовано і хибно представлені в сконструйованій медіакар-

ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ

Блинова Олена Євгенівна – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри загальної та соціальної психології Херсонського державного університету.

Борисюк Алла Степанівна – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології та філософії Вищого державного навчального закладу України «Буковинський державний медичний університет».

Варій Мирон Йосипович – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри теоретичної та практичної психології Національного університету «Львівська політехніка».

Василевська Олена Іванівна – кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри психології Сумського державного педагогічного університету імені А.С.Макаренка.

Долинська Любов Василівна – кандидат психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології Інституту філософської освіти і науки Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова.

Єрмакова Наталія Олександрівна – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Сумського державного педагогічного університету імені А.С.Макаренка.

Завацька Наталія Євгенівна – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри практичної психології і соціальної роботи Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля.

Завацький Вадим Юрійович – кандидат психологічних наук, докторант кафедри психології та соціології Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля.

Зликов Валерій Лаврентійович – кандидат психологічних наук, доцент, завідувач лабораторії методології і теорії психології Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України.

Карпенко Зіновія Степанівна – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри педагогічної та вікової психології Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника.

Кокун Олег Матвійович – член-кореспондент НАПН України, доктор психологічних наук, професор, заступник директора з науково-інноваційної роботи Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України.

Кряж Ірина Володимирівна – доктор психологічних наук, доцент, завідувач кафедри прикладної психології Харківського національного університету імені В.Н.Каразіна.

Кузікова Світлана Борисівна – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології Сумського державного педагогічного університету імені А.С.Макаренка.

Кузнєцов Марат Амірович – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри практичної психології Харківського національного педагогічного університету імені Г.С.Сковороди.

Лукомська Світлана Олексіївна – кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник лабораторії методології і теорії психології Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України.

Максименко Сергій Дмитрович – академік НАПН України, доктор психологічних наук, професор, дійсний член Міжнародної ради психологів (США), дійсний член Європейської академії природничих наук (Німеччина), директор Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України.

Олефір Валерій Олександрович – доктор психологічних наук, доцент, доцент кафедри загальної психології Харківського національного університету імені В.Н.Каразіна.

Радчук Галина Кіндратівна – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри практичної психології Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка.

Сафін Олександр Джамільович – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини.

Седих Кіра Валеріївна – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г.Короленка.

Титаренко Тетяна Михайлівна – член-кореспондент НАПН України, доктор психологічних наук, професор, завідувач лабораторії соціальної психології особистості Інституту соціальної і політичної психології НАПН України.

Наукове видання

**ОСОБИСТІТЬ ЯК СУБ'ЄКТ ПОДОЛАННЯ
КРИЗОВИХ СИТУАЦІЙ:
ПСИХОЛОГІЧНА ТЕОРІЯ
І ПРАКТИКА**

Монографія

За редакцією

С. Д. Максименка, С. Б. Кузікової, В. Л. Зливкова

Книга 2

Суми: Видавництво СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2017 р.
Свідоцтво ДК № 231 від 02.11.2000 р.

Комп'ютерна верстка – О. Б. Кузіков

Підписано до друку 27.02.2017. Формат 60x86/16.
Гарн. Times. Друк ризогр. Папір офсет.
Ум. друк. арк. 31,4. Обл.-вид. арк. 29,5
Тираж 300 прим. Вид. № 17

Видавництво СумДПУ імені А. С. Макаренка
40002, м. Суми, вул. Роменська, 87

Виготовлено на обладнанні СумДПУ імені А. С. Макаренка

**PERSON AS A SUBJECT OF CRISIS RESPONSE:
PSYCHOLOGICAL THEORY AND PRACTICE**

Monograph edited by

Maksymenko Serhii D., Kuzikova Svitlana B., Zlyvkov Valery L.

The collective monograph is devoted to contemporary problems of psychology of personality. Theoretical and practical aspects of studies of a person in crisis conditions and life critical situations have been discovered. The peculiarities of person-feature experience of age, socio-cultural and professional crises have been considered; conditions of adaptation, re-socialization and personal development in the complex conditions of life have been examined. Particular attention in the submitted scientific heritage has been paid to the problems of mental health preservation and person's psychological assistance in a consultative and therapeutic practice.

It has been addressed to specialists in psychology and its related disciplines, students, graduate students, general educators public.