

## СИТУАЦИИ ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ КАК ПРЕДМЕТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПСИХОЛОГА ЭКСТРЕННОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ

Е.В.БУРМИСТРОВА\*

*В статье разрабатывается понятие профессиональной позиции психолога экстренной психологической помощи. Обосновывается необходимость выделения, в качестве предметной деятельности такого специалиста, «ситуации личностного развития», понимаемой как сложный процесс одновременно биологического, социального, социально-культурного и духовного развития человека в условиях кризиса. Определяются основные требования к профессиональным и личностным качествам психолога, специализирующегося в области экстренной психологической помощи. Выделяется понятие «кризиса» как ситуации, порождающей дефицит смысла в дальнейшей жизни. Дается характеристика кризисных ситуаций и обосновывается последовательность необходимой помощи в зависимости от их типа.*

«Наука об исцелении души есть философия, но помощь ее приходит не извне, как помощь против телесных болезней, – нет, мы сами должны пустить в дело все силы и средства, чтобы исцелить себя самим».

*Цицерон*

В последние годы Служба практической психологии образования нередко сталкивается с ситуациями, в которых оказывается востребованным кризисное вмешательство (действия в экстремальных и чрезвычай-

---

\* *Бурмистрова Екатерина Викторовна* – кандидат психол. наук, Центр экстренной психологической помощи МГППУ.

ных ситуациях), что требует от специалистов дополнительных знаний и профессиональных навыков. Такого рода ситуации всегда характеризуются как содержащие в себе угрозу жизни человека, его здоровью или его имуществу. Любая экстремальная ситуация может рассматриваться как кризисная, так как для огромного большинства людей она является эмоционально значимым событием и, в общем виде, может быть охарактеризована как ситуация, порождающая дефицит смысла в дальнейшей жизни. Смыслом мы называем установление соответствия между структурой ценностей человека и жизненной ситуацией, в которой он находится. Смысл жизни – это ценность, которой человек, находясь в кризисной ситуации, отдает безусловное предпочтение.

В основе переживания кризиса лежат условия, характеризующиеся потерей ведущей ценности, либо ее фрустрацией, либо столкновением двух равноценных, но не совместимых друг с другом ценностей.

Различают два типа *кризисных ситуаций* в зависимости от того, какую возможность они оставляют человеку, с точки зрения последующей реализации его жизни. Кризисная ситуация *первого типа* представляет собой серьезное потрясение, которое, несмотря на его силу, все же сохраняет определенный шанс выхода на прежний уровень жизни. Ситуация *второго типа* – собственно *кризис* – бесповоротно перечеркивает имеющиеся жизненные замыслы, оставляя в виде едва ли не единственного выхода кардинальную трансформацию самой личности и смыслов ее жизни. И тогда *кризис* можно определить как срыв на базисном уровне функционирования, когда обычные механизмы не в состоянии восстановить утраченного равновесия. Это – эмоционально значимое событие, заключающее в себе момент изменения либо к лучшему, либо к худшему. Оно необязательно должно быть связано с опасностью для жизни или угрозой серьезных физических повреждений. Кризис может ускорять развитие критического положения (*emergency*), не являясь при этом достаточным условием для его обоснования или объяснения. Обычно в критической ситуации содержится целый ряд факторов, влияющих на ее исход.

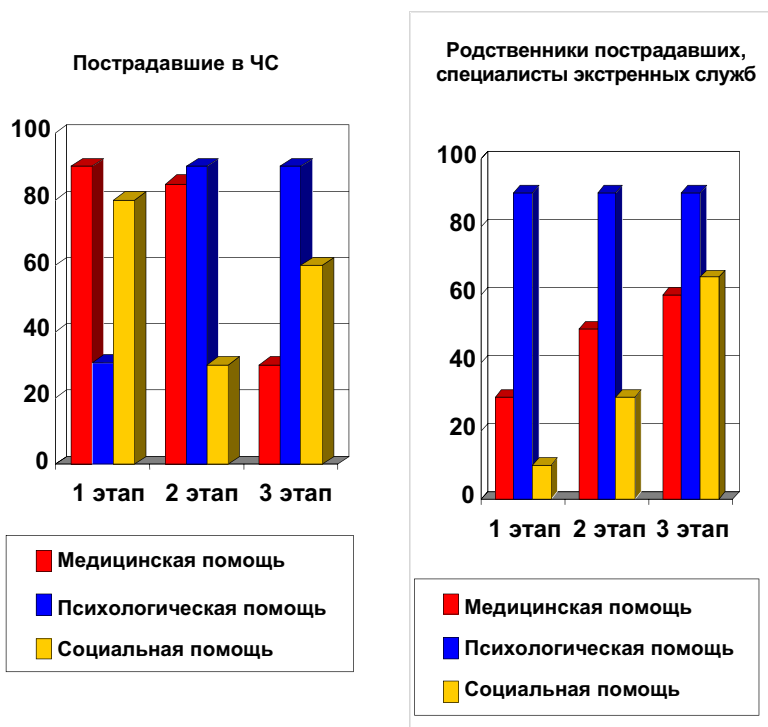
Кризис как непредвиденный случай – чрезвычайное происшествие, чрезвычайные обстоятельства, критическое положение, аварийная ситуация, крайность, срочность, неотложность – имеет место, когда психическое состояние, в котором находится человек, может привести к действиям, способным вызвать необратимые повреждения или даже смерть, если не произойдет немедленного вмешательства.

Психологическая помощь, при выводе человека из кризисной ситуации, направлена на преодоление в нем негативного и формирование позитивного отношения к самому себе, окружающим людям и миру в це-

лом. В зависимости от временного этапа развития кризисной ситуации будет изменяться тип помощи и ее объем.

Так, например, на первом этапе в большинстве случаев преобладает медицинская и социальная помощь, а психологическая, как правило, остается не востребованной. Зато на втором этапе, наряду с социальной, начинает преобладать и психологическая помощь. В период завершения кризисной ситуации наиболее востребованной становится собственно психологическая помощь. Это касается в первую очередь тех, кто находится непосредственно в экстремальной ситуации. Для родственников пострадавших и специалистов экстренных служб (МВД, МЧС и т.д.) уже на первом этапе кризисной ситуации велика необходимость именно психологической помощи.

### Соотношение типов и объемов помощи при разных временных этапах развития кризисной ситуации



Спустя некоторое время после чрезвычайного происшествия, большинство пострадавших, как правило, приходят к общему мнению, что жизнь стала более неопределенной и напряженной. Общая нестабильность порождает чувство неуверенности не только в завтрашнем дне, но и в собственных силах. В этих условиях открытое обсуждение проблем, столкновение различных точек зрения, порой диаметрально противоположных, начинают становиться благоприятной почвой для роста чувства растерянности, отчаяния, беспомощности. Погруженность в собственные проблемы не оставляет времени и сил на понимание нужд и проблем других людей, включая и близкий их круг, что приводит к дисгармонии во взаимоотношениях. Ощущение невозможности что-либо изменить, не прибегая к посторонней помощи, приводит многих пострадавших к психологу.

Психологическая помощь, оказываемая в кризисных либо чрезвычайных ситуациях, имеет свои особенности. Во-первых, человек, обращающийся в психологическую службу, находится в состоянии эмоционального напряжения, возбуждения; во-вторых, встреча с клиентом может оказаться единственной. Эти особенности диктуют свои методы и приемы работы.

Создавая ситуации развития<sup>1</sup>, психолог исходит из представления о том, что посредством специально организованного процесса общения с обратившимся за помощью в нем могут быть актуализированы дополнительные психологические силы и способности. Эти резервные силы, в свою очередь, способны стать надежной опорой в поиске новых возможностей выхода из трудной жизненной ситуации.

### **Понятие «ситуации»**

В контексте проблемы развития человека, для понимания «ситуации» принципиально важно наличие *соучастников* в качестве полюсов напряжения, задающих ее целостность. Ситуация развития, таким образом, это не есть некая объектная обстановка, «положение вещей», или хотя бы совокупность абстрактных отношений и взаимодействий, безотносительная к состоянию субъекта, но и не само это состояние (психобиологический «антураж»). Ситуация развития, прежде всего, это – единство, живое

---

<sup>1</sup> Категория «*ситуация*», рассматриваемая как встреча конкретного человека с другим человеком, обладающим иной системой ценностных ориентаций, иной позицией, в отечественной психологии и философии до недавнего времени разрабатывалась явно недостаточно. Между тем, на наш взгляд, именно данная категория позволяет понять и описать процесс личностного и профессионального самоопределения специалиста и, как следствие этого, развития личности человека, которому оказывается помощь.

бытие одного человека для другого. Обстановка же – всего лишь предметное воплощение их единства, которое еще требует своей психологической интерпретации. Иными словами, ситуация – это совокупность предпосылок и условий, преобразуемых в пространство связей и отношений между соучастниками, которые и создают динамизм, напряженность и внутреннюю противоречивость данной ситуации (Слободчиков, Исаев, 1995).

При содержательном описании конкретной ситуации, где совершается развитие человека, недостаточно учитывается одно фундаментальное обстоятельство – он находится в системе реальных, живых, хотя и разнородных связей с другими людьми. В естественных жизненных обстоятельствах мы нигде и никогда не можем увидеть человеческого индивида вне его связи с другими индивидами. Он всегда существует и развивается в сообществах. Наличие и сам характер этих связей (физических, физиологических, психологических, социальных, культурных и др.), динамика их преобразования в систему предметных отношений как раз и образуют подлинную ситуацию развития, искомое единство его исходных предпосылок. Человек как духовное существо находится не в качестве отдельного тела в пространстве тел физической реальности, а, как мы полагаем, в культурно-историческом поле наличной социальности, наличных форм деятельности, наличных форм сознания. Своей позицией он поляризует это поле, преобразует, насколько это возможно, жизнедеятельность других в способ своего существования и одновременно сам выступает условием существования других людей.

Наличие сообщества у отдельного человека, где внутреннее ценностное единство с другими сочетается с позиционной противопоставленностью, в основе которой лежит столкновение разных подходов к одному и тому же событию, разных его толкований, указывает на то, что наличие одного человека для другого – не просто одно из условий его развития, а фундаментальное онтологическое основание самой возможности возникновения человеческой субъективности, то есть основание нормального развития и полноценной жизни человека.

М.Хайдеггер писал, что человек есть не только бытие-в-мире (*das Sein-Welt*), но, главным образом, он есть бытие-с-другими. Общительность, жизнь в сообществах являются сущностным атрибутом человека. Он по самой своей природе есть бытие-для-других. Проблема общности поэтому – не только социальная или историческая проблема; она, при более пристальном рассмотрении, является глубинно экзистенциальной проблемой. Так, родовая общность устанавливается уже с первых дней появления человека на свет; а его дальнейшее развитие связано со сме-

ной и обогащением многообразных форм общности, через которые человек проходит на своем жизненном пути. Подлинная, бытийная общность предполагает, вопреки «непрозрачности» другого и препятствиям, которые нередко складываются в межличностных отношениях, выход за рамки самого себя и понимание личности другого, а также чувство ответственности и преданности, которое включает в себя и Я, и ТЫ, и МЫ (Смирнов, 1985).

Великий философ и психолог К.Ясперс понятие «ситуации» сделал ключевым при анализе человеческой экзистенции (понимаемой им как духовная свобода). Ситуация с ее неповторимым сложением событий, задающих историческую уникальность определенной человеческой судьбы, формирует болевые точки этой судьбы. Согласно Ясперсу, ситуация означает не природно-закономерную, но, скорее, смысловую действительность, которая выступает в конкретных очертаниях, включая в себя физические или психические моменты и принося эмпирическому бытию пользу или вред, тем самым либо открывая возможность самоосуществлению человека либо ставя ему определенную границу. Способом выхода из критической ситуации Ясперс считает экзистенциальное общение, коммуникацию. Только экзистенциальное общение, при котором нет отношения к другому человеку как к предмету, объекту, средству, а есть подлинная внутренняя связь двух личностей, двух неповторимых судеб, является основной предпосылкой преодоления внутреннего и внешнего конфликта. Экзистенция человека есть то, что «светится», проявляется в ситуации. Однако экзистенция никогда не сможет быть «объектом», а потому не может стать предметом научного познания или даже философского созерцания. Естественнонаучная позиция склонна отождествлять ее с наличным эмпирическим сущим или с «сознанием вообще», философская – с духом. Согласно же Ясперсу, экзистенция есть ничем не детерминированная свобода. Именно в понимаемой подобным образом свободе человека коренится бытие самости.

«Поскольку я постиг себя, исходя из свободы, я тем самым постиг свою трансценденцию, исчезающим явлением которой как раз и оказываюсь я в самой моей свободе. Экзистенция нуждается в другом, а именно, в трансценденции, благодаря которой она, не создающая самое себя, впервые выступает как независимый источник в мире. Без трансценденции экзистенция становится бесплодным и лишенным любви демоническим упрямством» (цит. по: Яценко, 1987).

Несмотря на оговорку, завершающую данное высказывание, свобода может оказаться лишенной надежного критерия, который позволял бы отличать ответственную свободу личности от индивидуального произво-

ла. Поэтому Ясперс пытается связать понятие «экзистенции» с понятием «разума». Если экзистенция – это бытие, то разум вносит в нее начало понимания, освещения изначально темного бытия. Экзистенция, как бытийное ядро личности, с особой силой открывается самому человеку в пограничных ситуациях (смерть, предательство, страдание, война, конфликт и т.п.).

Подытоживая вышеизложенное, мы далее будем считать «ситуацией» *рефлективную остановку* активно взаимодействующих субъектов с целью экзистенциальной коммуникации, создающей условия самоопределения.

### **Ситуация развития**

В философской и психологической литературе *ситуации развития* человека понимаются как сложный процесс, одновременно биологического, социального, социально-культурного и духовного характера.

Так, на уровне биологическом (по С.Кьеркегору), эмпирическом (по К.Ясперсу и С.Л.Франку), а также на уровне «клише» (по Ф.Перлзу) человек функционирует как естественное существо, находящееся во власти заданных генотипом и средой потребностей. Первому уровню, который мы называем природным, соответствуют нормы психосоматического развития человека.

Это пространство формируется у человека с момента выделения им во внешнем мире объектов, которые воздействуют на его сенсорное поле и способствуют ориентации в предметном мире. При этом и его собственное тело выступает как объект его сенсорного восприятия, опосредующий отношения с предметной действительностью: от материнской груди до предметов повседневного обихода, находящихся в поле сенсорного опыта (тактильного, моторного, визуального, аудиального).

Переходным периодом от природного к социальному пространству бытия является «стадия зеркала»: этап, на котором ребенок начинает узнавать свое отражение в зеркале именно в качестве своего собственного. В этот период развития (6-18 месяцев) собственное тело начинает выступать в качестве отдельной сущности, в связи с которой в поле восприятия возникают объекты, отделенные в пространстве и времени от внутреннего сенсорного поля, вобравшего в себя телесные ощущения ребенка. Начиная с этого этапа развития, появляется новый способ опосредованного отношения человека к миру: я воспринимаю себя посредством объекта, существующего в поле моего сенсорного опыта.

Следующий уровень – социальный (по Кьеркегору), социальных ролей (по Перлзу), сознания вообще (по Ясперсу) – характеризует человека

как существо общественное, в его вне-индивидуальном бытии. На этом уровне, который мы называем социально-педагогическим, происходит освоение человеком социальных норм и навыков. В социальном пространстве своего существования человек выстраивает связи с другими людьми, оперируя общими с ними предметами повседневного обихода. Такое взаимодействие позволяет людям выстроить первичные границы ролевых отношений. По мере развития знаковой (прежде всего вербальной) коммуникации с окружающим миром, у ребенка формируется следующий способ опосредованных отношений с окружающей действительностью – язык, который выступает в качестве основы для вхождения в культурное пространство бытия.

На третьем уровне (по Кьеркегору – социально-культурном; по Ясперсу – рефлексии знания) вхождение человека в культурное сообщество предполагает его ценностно-смысловое самоопределение. Этот уровень характеризуется наличием осознаваемых и разделяемых человеком социально-культурных норм в результате его самоопределения. Осваивая культурное пространство бытия, человек, посредством языковой коммуникации (вербальной и невербальной), овладевает знаниями, накопленными в процессе развития человеческой культуры. Язык становится универсальным средством познания окружающего мира и самопознания. По мере присвоения ценностей культуры у человека формируются представления о прошлом, настоящем и будущем, как своей индивидуальной жизни, так и жизни всей человеческой цивилизации.

Четвертый уровень – духовно-практический (по Кьеркегору – духовный; по Ясперсу – уровень экзистенции) подразумевает акт трансцендирования человека за пределы наличных социально-культурных детерминант, в результате которого он обретает собственные, индивидуально-личностные нормы.

Отдельно следует рассматривать еще и пятое пространство – временное, позволяющее человеку регулировать систему отношений к объектам природного, социального, культурного, духовно-практического пространства в реальном времени своей жизни.

Таким образом, ситуация развития, которую мы рассматриваем в качестве предметной деятельности психолога экстренной психологической помощи, предполагает специально организованную работу по решению проблем на разных уровнях бытия человека. *Ситуация развития*, повторим, определяется нами как рефлексивная остановка взаимодействий субъектов с целью реализации возможности их ценностно-смыслового диалога и трансцендирования, обеспечивающих условия для их самоопределения и выхода на новый уровень взаимодействия.



### Этапы кризисной ситуации

Экстремальная ситуация захватывает все перечисленные выше уровни, и основная задача психотерапевта сводится к тому, чтобы постепенно восстановить целостность бытия человека.

Кризисная ситуация, представляющая собой такую совокупность внешних и внутренних условий, которая препятствует достижению человеком важных жизненных целей (в физическом, социальном, культурном, духовно-практическом и временном пространствах), может вызывать отклонения в развитии (Бурмистрова, 1999).

В процессе психологической реабилитации психолог выявляет негативные отношения к тем или иным объектам природного, социального, культурного, духовно-практического пространств, которые возникли у человека в экстремальной ситуации, оказывая влияние на его психологическое состояние, а затем решает задачу формирования позитивного отношения к этим объектам.

Таблица 2

Практическая психология

Психологическая практика

<i>Пространства бытия человека</i>	<i>Форма процесса развития</i>	<i>Тип процесса развития</i>	<i>Деятельностные позиции</i>	<i>Деятельность психолога</i>	<i>Деятельность субъектов взаимодействия</i>	<i>Методы работы</i>
Духовно-практическое	Преобразование (транцендирование)	Личностное развитие	Психолог личного развития	Восстанавливает смысл, экзистенциальный диалог	Развитие личностной позиции	Диагностика
Социально-культурное	Преобразование	«Культурализация»	Психолог-наставник	Организует рефлексию и самоопределение	Осмысление, налаживание коммуникации, включение в традицию	Консультирование
Социально-педагогическое	Образование	Социализация	Педагог-психолог	Учит, тренирует, воспитывает	Освоение социальных навыков и норм	Коррекция
Природное	Органическое созревание	Восстановление и развитие психо-соматич. функциональных систем	Нейро-психолог или дефектолог	Выявляет условия нормального функционирования	Реабилитация и коррекция норм функционирования	Психотерапия

Нередко в кризисных ситуациях человек, не имея реальных возможностей достижения привычными способами поставленных им перед самим собой жизненных целей, вынужден перестраивать существовавшую ранее систему отношений таким образом, чтобы обрести новые пути к своим целям, которые отвечали бы требованиям изменившейся жизненной ситуации. Фактически, человек должен перестроить систему объектных отношений, соотнося имеющиеся у него ресурсы с требованиями «нового мира». В процессе такой перестройки человек в своем развитии проходит ряд этапов, на каждом из которых задачей психолога является подбор методов экстренной психологической помощи, отвечающих как психологическому состоянию человека, так и требованиям, предъявляемым к нему изменившимися условиями физического, социального, культурного, духовно-практического и временного пространств существования. В кризисной ситуации изменения происходят в следующей последовательности: *первичное расстройство «Я» – психогенная реакция защиты – приспособление к «новому миру» – изменение творческих возможностей – экзистенциальная жизненная мутация – новое «Я» – новая личность*. Кризисная ситуация возникает в результате того, что перечисленные задачи могут оказаться трудно достижимыми. Например, в виду какой-либо болезни, человек не может поддерживать тот уровень активности, который позволял ему добиваться высоких показателей в своей профессиональной деятельности, а эта деятельность, до возникновения заболевания, определяла всю его систему отношений к жизни.

Отклонения в развитии человека – сложившаяся в результате экстремальной ситуации система отношений, препятствующая реализации поставленных человеком жизненных целей.

*Первичное расстройство «Я»* – возникновение в экстремальной ситуации в самосознании негативных отношений к тем объектам физического, социального, культурного и временного пространств бытия, которые важны для реализации человеком поставленных жизненных целей.

*Психогенная реакция защиты* – формирующаяся в экстремальной ситуации психологическая защита от воздействия факторов, неблагоприятных для функционирования человека в пространствах его бытия в мире.

*Приспособление к «новому миру»* – формирование системы психологических защит, которые позволяют человеку стабилизировать психологическое состояние и начать поиск выхода из кризисной ситуации.

*Творческие способности к преобразованию системы объектных отношений* – позитивные и негативные отношения к объектам пространств жизни, опираясь на которые человек может изменить возникшие в результате кризисной ситуации негативные отношения на позитивные.

*Экзистенциальная жизненная мутация* – процесс преобразования в сознании человека системы объектных отношений во всех пяти пространствах жизни для достижения жизненных целей, поставленных до кризисной ситуации, или целей, сформировавшихся в процессе ее преодоления.

*Новое «Я»* – возникшая в самосознании в результате экзистенциальной жизненной мутации система отношений, способствующая реализации человеком жизненных целей, поставленных до кризисной ситуации или сформировавшихся в процессе ее преодоления.

В зависимости от того, насколько изменившаяся под воздействием экстремальной ситуации система отношений способствует или препятствует адаптации к новой жизненной ситуации, а также от того, с каким творческим посылом человек подходит к экзистенциальной жизненной трансформации, зависит формирование в его самосознании новой системы отношений к себе и к миру в прошлом, настоящем и будущем – становление нового «Я» и, соответственно, «нового» человека (*Шадура, 1993*).

### **Опыт работы**

Одним из основных психотерапевтических средств в работе специалистов службы экстренной психологической помощи является игра и ролевое моделирование, направленные на создание ситуаций развития.

Игра, с одной стороны, позволяет, ее участникам выполнять реальные действия, а с другой – отвлечься от действительности, погружаясь в условный мир. Двуплановость игры обеспечивает развивающий эффект психотерапевтического воздействия. В процессе игротерапии и взрослые, и дети учатся управлять своим поведением, обмениваются ролями, выстраивают собственные позиции.

Основная задача групповых занятий с пострадавшими – расширение их чувственного опыта, развитие рефлексивных способностей, смена позиций и ролей, овладение навыками саморегуляции.

В процессе психотерапевтических занятий можно выбрать одну из двух тактик работы:

- первая – тактика предполагает усиление когнитивного аспекта (в этом случае занятия строятся, в основном, по принципу семинарских, с соответствующими обязательными компонентами – сообщение, дискуссия, обсуждение случаев);
- вторая ориентирована в большей степени на работу с эмоциональной стороной взаимоотношений; одна из ее первоочередных задач – поиск истинных, неосознаваемых причин нарушений во взаимоотношениях (в этом случае занятия строятся по принципу терапевтических групп).

Опыт работы групп показал, что выбор той или иной тактики работы определяется рядом причин: продолжительностью занятий (1 или 2 часа на одно занятие), составом участников, готовностью участников к предстоящей внутренней работе, предполагающей изменение их жизненной позиции. Создаваемая в таких группах атмосфера безопасности, доверия, готовности помочь друг другу, поощрения свободы выражения интимных мыслей и чувств может способствовать эмоциональной разрядке, освобождению от внутренних конфликтов, преодолению барьеров и стереотипов, достижению более высокого уровня личностной гармонии и профессиональной компетенции.

Анализируя психологические аспекты такой работы, необходимо отметить, что, погружаясь в условный мир, прожив и подействовав в нем, человек проходит три фазы в развитии жизненной позиции:

- «разоформление» наличных представлений;
- осознание тупика и рефлексивное осмысливание своих действий, средств, целей, ценностей в связи с возникшей ситуацией;
- оформление себя в новом качестве, в соответствии со «сложившейся ситуацией».

В первой фазе предпринимаются усилия для организации «ситуации», то есть критикуются цели, средства занимаемой позиции, подвергается сомнению позитивность последствий замыслов, соотнесенность ценностей и средств и т.п. Происходит своеобразная проверка на прочность профессиональных и жизненных принципов, установок и ценностей. Проблематизирующие воздействия, в том случае, если они помогают вскрыть реальные противоречия, рано или поздно ставят человека «в тупик», когда у него больше не находится ответов на вопросы, связанные с реализацией его профессиональной и жизненной позиции.

С этого момента наступает вторая фаза, когда необходим «рефлексивный выход». Центральной психологической проблемой, связанной с проживанием этой ситуации, по мнению В.К.Зарецкого (Алексеев, 1992), является то, что подвергаемые проблематизации, скажем, профессиональные ситуации так или иначе имеют «личностный радикал», то есть обязательно лично значимы. Вывод в рефлексивную позицию по отношению к этим лично значимым нормам, лишение этих норм личной значимости хотя бы на очень короткое время часто повергает людей в состояние фрустрации и стресса. Глядя на эту ситуацию с позиции психотерапевта, мы будем вынуждены признать, что любое отчуждение лично значимого содержания, пересмотр сложившихся стереотипов и норм, не говоря уже о переоценке ценностей, чреват психологической травмой, так как процесс личностного и профессионального самоопределения и развития связан с переструктурированием личности.

Особой, очень серьезной проблемой является способ оформления профессионалом своего сознания в третьей фазе развития ситуации. Пребывая в состоянии личностной дезинтеграции и дезадаптации, человек может стать «игрушкой» в руках рефлексивно более продвинутых идеологов – он становится восприимчивым к различного рода манипуляциям его сознанием. Поэтому здесь необходимо воспользоваться психологическими методами, позволяющими рефлексировать текущую экзистенциальную коммуникацию. Такие методы использовал в практике своей работы с «группами встреч» К.Роджерс. Среди других психотерапевтических школ в данном случае уместно вспомнить и гештальттерапию Ф.Перлза, направленность которой на расширение самосознания путем сосредоточения на настоящем оказывается адекватной усилению чувства собственной самости (задача ее восстановления нередко возникает в условиях кризисной терапии). Принципы усиления внимания к чувствам, интеграции противоположностей, принятия ответственности за осознанные ценности способствуют активизации жизненной позиции. Высокоэффективным средством, позволяющим отрефлексировать все некритично принятые нормы и ценности, является транзактный анализ.

В процессе консультирования специалист пытается ответить на пять основных вопросов:

- 1) В чем суть процесса, возникающего между человеком, оказавшимся в трудной ситуации и обратившимся за помощью (клиентом), и человеком, ее оказывающим (консультантом)?
- 2) Каковы должны быть личностные черты, установки, знания и умения консультанта?
- 3) Какие резервы, внутренние силы клиента могут быть актуализированы в процессе консультирования?
- 4) Какие особенности налагает на процесс консультирования ситуация, сложившаяся в жизни клиента?
- 5) Каковы приемы или техники, которые могут быть целенаправленно использованы консультантом в процессе оказания помощи?

На основании всего вышеизложенного можно выделить те базовые психологические условия, без которых невозможно становление профессиональной позиции психолога, работающего с кризисными ситуациями. Это способность к синтезирующему «снятию» четырех пространств самоопределения (Зарецкий, Каменский, 1995): философски-мировоззренческого (*кто я?*), рефлексивно-методологического (*как я могу действовать?*), предметно-психологического (*что я могу делать?*), «рамочного» – педагогической деятельности (*где и с кем я могу действовать?*), за счет чего

происходит осознание своего личностного развития и своего профессионального роста.

Индивидуальное освоение психологом перечисленных пространств и выстраивание своей уникальной профессиональной позиции происходит в результате самоопределения, предполагающего высокую степень нравственности личности, способность выходить в рефлексивную позицию, сопереживая другому. Возможность такого самоопределения психолога экстренной психологической помощи требует специального «дообраивания» модели его профессионализма следующими компонентами:

- понимание проблемной ситуации и умение с ней работать (рассматривать встречу с другим человеком как проблему развития его субъектности и потенциальную точку профессионального роста);
- умение видеть свои профессиональные ограничения и брать ответственность за преодоление только той проблемной ситуации, в разрешении которой специалист компетентен (самоопределение);
- умение моделировать варианты будущих ситуаций в решении проблем (проектирование).

Выбор метода зависит как от квалификации психолога, так и от готовности клиента решать свои проблемы психологическими средствами. Отличительной чертой профессионала является инициативность и свобода при разработке стратегии и тактики своей профессиональной деятельности, при условии, что он владеет этой деятельностью в целом, удерживая ее предметность в многообразии практических ситуаций. «Субъектность» психолога проявляется в его способности к построению, проектированию своей деятельности, ее изменению и развитию, а также к решению «задачи на смысл, результатом которого является осознание личностного смысла, подлинного «значения-для-меня» целей, задач, способов действия и взаимодействия» (Асмолов, 1986).

## **ЛИТЕРАТУРА**

- Алексеев Н.Г.* Стратегия разработок по использованию ОДИ в системе педагогического образования. – М.: Кентавр, 1992.
- Асмолов А.Г.* Психология индивидуальности: методологические аспекты развития личности в историко-эволюционном процессе. – М.: 1986.
- Бурмистрова Е.В.* Проектирование профессиональной позиции психолога в образовании. Диссертационное исследование. – М., 1999.
- Зарецкий В.К., Каменский Р.Г.* Концептуальная схема самоопределения // Материалы конференции аспирантов ИПИ РАО, 1995 г. – М: Кентавр, 2, 1995.

- Слободчиков В.И., Исаев Е.И.* Основы психологической антропологии. Психология человека: Введение в психологию субъективности. – М.: Школа-пресс, 1995.
- Смирнов С. Д.* Психология образа: проблема активности психического отражения. – М.: Высшая школа, 1985.
- Хайдеггер М.* Время и бытие. – М.: Республика, 1993.
- Шадура А.Ф.* Концепция психологической реабилитации личности // Деп. ИРЛ РАО. – М., 1993.
- Ясперс К.* Смысл и назначение истории. – М.: Республика, 1994
- Яценко Т.С.* Социально-психологическое обучение в подготовке будущих учителей. – Киев: Наукова думка, 1987.