

Павел Лушин

ГИБРИДНАЯ ПОМОЩЬ

В ПЕРЕХОДНОМ ПЕРИОДЕ:
КОГДА ПСИХОЛОГ НЕ ЭКСПЕРТ

Павел Лушин

**ГИБРИДНАЯ ПОМОЩЬ
В ПЕРЕХОДНОМ ПЕРИОДЕ:
КОГДА ПСИХОЛОГ НЕ ЭКСПЕРТ**

Киев

2016

ББК 88.8
УДК 159.923
Л 87

Рекомендовано к печати ученым советом Учебно-исследовательского института менеджмента и психологии ГВУЗ «Университет менеджмента образования» НАПН Украины (протокол № 1 от 15.02.2016 г.)

Рецензенты:

Татенко Виталий Александрович – член-корреспондент НАПН Украины, доктор психологических наук, профессор, главный научный сотрудник лаборатории методологии психосоциальных исследований Института социальной и политической психологии НАПН Украины;

Сухенко Яна Валериевна – кандидат психологических наук, докторант Государственно высшего учебного заведения «Университет менеджмента образования» НАПН Украины.

Лушин П. В.

Л 87 Гибридная помощь в переходном периоде: когда психолог не эксперт : [текст] / П. В. Лушин. – Киев, 2016. – 32 с.

ISBN 978-966-97306-9-5

Данная работа является продолжением ставшего популярным издания, посвященного особенностям жизни личности в условиях так называемой гибридной жизни, во времена, когда все привычное рушится. Гибридная помощь парадоксальна: психолог только с одной стороны эксперт и помощник, с другой – он участник событий. Во времена перемен в его деятельности появляется много нового. Эта книга об этом.

ББК 88.8
УДК 159.923

ISBN 978-966-97306-9-5

© Лушин П. В., 2016.

СОДЕРЖАНИЕ

ОТ АВТОРА	4
ГИБРИДНАЯ ПОМОЩЬ ИЛИ ПОМОЩЬ В УСЛОВИЯХ ИЗМЕНЧИВОСТИ, НЕПРЕДСКАЗУЕМОСТИ, СЛОЖНОСТИ И МНОГОЗНАЧНОСТИ (VUCA)	5
БУДУЩЕЕ НЕ ОПРЕДЕЛЕНО ИЛИ О РОЛИ «ЗАКОНОМЕРНЫХ СЛУЧАЙНОСТЕЙ»	8
О СКРОМНОСТИ ПСИХОЛОГА И О РЕСУРСАХ ТЯЖЕЛЫХ СПОНТАННЫХ ПРОЖИВАНИЙ	14
ЕЩЕ РАЗ О ЗДОРОВЬЕ, О ПОСТТРАВМАТИЧЕСКОМ РОСТЕ И РАЗВИТИИ....	19
СОЦИАЛЬНЫЙ ПСИХОИММУНИТЕТ, ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ И СОДЕРЖАНИЕ VUCA-ПОМОЩИ: ВМЕСТО ЗАКЛЮЧЕНИЯ.....	23

Данные методические материалы являются продолжением ранее опубликованных нами результатов изысканий по проблеме гибридной жизни в переходные времена. Гибридная жизнь предполагает гибридную помощь в том смысле, что помощник не является безусловным авторитетом или экспертом, поскольку он сам находится в условиях перехода, периода динамичности, непредсказуемости и многозначности. В эти сложные времена никто не знает будущего, но каждый из нас крайне важен для его осуществления. Мы все: и психологи, и клиенты – реальная сила, раскрывающая новые возможности друг друга и общества в целом.

Все и всё важно в эти времена, каждому есть место. У психологов и психотерапевтов в последние десятилетия обсуждается так называемый «парадокс эквивалентности». Суть его в том, что все виды помощи (их более тысячи) эквиваленты по своему результату... Из этого следует, что мы, профессионалы, по-разному идем к тому, чтобы быть полезными тем, кто включает нас в своей ресурс, в свои, так сказать, «иммунные реакции».

Ниже мы рассмотрим один из подходов, который называется экофасилитация – помощь в условиях переходного периода или как часто теперь говорят «VUCA-периода» (англ. яз. *volatility* – динамичность, *uncertainty* – непредсказуемость, *complexity* – сложность и *ambiguity* – многозначность). Суть данного подхода состоит в том, чтобы помогать человеку и его окружению в раскрытии таких его возможностей, которые крайне редко проявляются во времена относительной стабильности, предсказуемости, однообразия и порядка.

Павел Лушин

ГИБРИДНАЯ ПОМОЩЬ ИЛИ ПОМОЩЬ В УСЛОВИЯХ ИЗМЕНЧИВОСТИ, НЕПРЕДСКАЗУЕМОСТИ, СЛОЖНОСТИ И МНОГОЗНАЧНОСТИ (VUCA)

Как-то в разговоре с группой высокопоставленных госслужащих вспомнил о своей презентации в Монтклерском государственном университете (Нью-Джерси, США). Это было около 12 лет тому назад. В ней я рассказывал об особенностях отечественной психологической помощи в девяностых годах прошлого столетия. Тогда в своем выступлении я сделал акцент на собственном опыте работы в условиях формирующейся системы психологических услуг в нашей стране и на негативном наследии «карательной психиатрии». Еще я поделился соображениями по поводу использования так называемого недефицитарного похода в деле оказания психологической помощи. В то время мы только начинали разрабатывать данный подход. Современная психологическая помощь все больше ассоциируется не столько с лечением болезней и психических расстройств, сколько с поддержанием достоинства личности, ее здоровья и повышения качества жизни.

Помню, что тогда один из американских коллег с большим опытом практической работы не без разочарования в голосе сказал: «Вы знаете, в США психологи исполняют весьма неприглядную функцию — мы содействуем сохранению вполне несовершенного общества». Видимо прочитав в моих глазах изумление, он продолжил: «Происходит как-то так, что работая с малыми группами и отдельными гражданами, мы не допускаем разрастания проблем до уровня социальных катаклизмов. Проблема, возникнув в душе человека, не перерастает в социальные противостояния». Не помню точно, как я отреагировал на пояснение американского психолога, но на душе у меня

остался осадок белой зависти: «Нам бы так!». А вот теперь, во время боевых действий на юго-востоке Украины, с горечью осознал, что нужно было случиться гибридной войне с ее пресловутым информационным компонентом, чтобы о психологах стали говорить не только в министерствах обороны и здравоохранения, но и в весьма отдаленных от психологической помощи сферах общественной жизни. «С горечью осознал»... В этом чувстве горечи не только то, что для зарождения чего-то важного и полезного нужны события трагического характера, но и несколько других весомых обстоятельств.

Казалось бы, вот оно воплощение мечты психолога, когда и в Украине может появиться социально-психологический буфер, который защищает население от худшего развития событий. Данный буфер мог бы на социально-психологическом уровне реализовать столь популярную ныне концепцию устойчивого развития: возникающие проблемы и угрозы не должны препятствовать поступательному и прогрессивному движению человечества к более совершенному образу жизни. Общество должно создать условия бескризисного образа жизни и развития.

Вместе с тем при попытке избежать неблагоприятного развития событий, можно обнаружить нечто подобное страху перед жизнью, в которой как бы недостаточно возможностей для удовлетворения постоянно растущих потребностей человека, или боязни человека перед самим собой по поводу того, что вовремя не сможет сориентироваться или не найдет адекватного способа разрешения внезапно возникшей проблемы. Многие психологи, оценивая сложившуюся ситуацию в Украине, прогнозируют развитие неблагоприятных событий, связанных с возвращением военнослужащих в гражданскую жизнь. Основанием для таких представлений служит опыт военных психологов США, которые столкнулись с необходи-

мостью социально-психологической реабилитации ветеранов. Среди наиболее выраженных проблем – значительное количество самоубийств и разводов, случаев наркомании и алкоголизма, а также высокого уровня преступности среди бывших военнослужащих.

Также имеет место и противоположная тенденция, хотя она только в последнее время набирает силу. Сторонники концепции позитивной психологии и посттравматического роста/развития исходят из того, что будущее переходного периода от войны к миру содержит значительное число примеров успешной интеграции военнослужащих и членов их семей в новое социально-психологическое пространство. В соответствии с этим задача психолога состоит не столько в том, чтобы избегать возможных негативных последствий перенесенных травм, сколько поддерживать позитивные и интегративные их аспекты. Припоминаю одного добровольца, который понимая, в каких нечеловеческих условиях передовой он находится, делал все чтобы остаться человеком, не зачерстветь душой. Кроме решения боевых задач, он постоянно работал над собой, находил возможности коммуникации (через мобильный интернет) с теми, кто остался за пределами боевых действий. Более того, он делал все ВОЗМОЖНОЕ, чтобы помогать другим переживать тяготы военных будней. Я спросил о том, как ему удастся сохранять самообладание и даже чувство юмора при описании и воспоминании трагических событий, и услышал в ответ: «Я здесь временно, война закончится, все самое важное впереди».

Возникают вопросы о том, как помогать личности, что делать психологу: предотвращать наступление худших событий (согласно концепции устойчивого развития) или интегрировать их в опыт личности (концепция посттравматического развития)? А может и то, и другое важно: