

УДК 159.923

Проблема механизмов изменения системы личности клиента в психологическом консультировании

Ананьева Наталия Анатольевна

Кандидат психологических наук, доцент,

Московский институт психоанализа,

121170, Российская Федерация, Москва, Кутузовский просп., 34, стр. 14;

e-mail: ananyeva70@mail.ru

Аннотация

В статье рассматриваются проблемы психологического консультирования, связанные с механизмами личностных изменений. Автор показывает, что значимость механизмов в том, чтобы произвести изменения. Изменения происходят в системе и структуре личности. Операционально изменения комбинируются на уровне особого психолого-антропологического слоя – глубинного слоя – внутреннего пространства – психического внутреннего мира.

Для цитирования в научных исследованиях

Ананьева Н.А. Проблема механизмов изменения системы личности клиента в психологическом консультировании // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2016. Том 5. № 5А. С. 44-53.

Ключевые слова

Психологическое консультирование, психологические механизмы личности, система личности клиента, концепция психологической изменчивости индивидуума.

Введение

Сложность психологического консультирования зачастую обусловлена недостаточным созданием механизма, который обеспечил бы фиксацию личностных качеств и тактику поведения индивида для решения своих проблем. В консультационном процессе, в идеале, в результате взаимодействия [Коновалова, 2006] консультанта с консультируемым у клиента должен сложиться алгоритм действий, следуя которому, он «замкнет» контуры своего поведения. Все это могут обеспечить только четко закрепившиеся психические механизмы.

Практика выработки механизмов изменения системы личности клиента

В консультационном процессе нередки ситуации недоверия и к психологическому консультированию, и к консультанту [Макарова, 2009; Коновалова, 2006]. Вероятно, это происходит в силу разных причин:

- недостаточного вхождения в личность человека (эмпатия, чувствительность);
- недостаточного владения техниками установления психологического контакта;
- недостаточного осознания клиентом своей проблемы;
- отсутствия у клиента потребности в производимых изменениях;
- отсутствия планов и программ на будущее;
- неумения конструировать (свою жизнь или деятельность);
- неумения создавать творческие замыслы и воплощать их;
- неспособности «рисовать» перспективы;
- неумения отчетливо обозначать вектор развития;
- отказа от действий, в силу чего обсуждаемая проблема «зависает»;
- отказа от самосовершенствования, в силу чего ситуация не имеет динамики развития.

Однако генерально ситуация оптимально не разрешается в силу несформированности механизма, который бы обеспечил прочность, надежность и длительность «пребывания» в нужном русле (оптимальном психическом состоянии).

В психологическом консультировании сложнее всего дело обстоит не просто в переключении с одного механизма на другой, а в создании у клиента нового механизма.

Трудная жизненная ситуация и «зацикленность» на своей проблеме не дают возможности клиенту переключиться и создать «новое». Это то творческое достояние, которое оба (консультант и консультируемый) должны выработать. И, более того, консультант должен проявить особую чувствительность, чтобы и «запустить» механизм формирования «нового», и отслеживать степень его фиксации и вероятность изменений.

Проявление любых психических явлений, таких как качества, свойства, состояния, связано с действием механизмов. Формирование механизма возможно путем знания всей психолого-антропологической системы «человек». Применение системного анализа обеспечивает решение проблемы.

Механизм является внутренним психическим устройством, которое зафиксировалось и тем самым способно обеспечить работу всей системы «человек» и отдельных ее звеньев, структур и подструктур, компонентов, их связей и зависимостей. Таким образом, механизмы служат для образования системы и поддержания ее порядка. Разрушение механизмов ведет к распаду системы или отдельных ее звеньев.

Фиксация того или иного механизма первоначально связана с условиями и факторами. Функция факторов – оказывать воздействие – положительное или отрицательное. В свою очередь, факторы – внешние или внутренние – стимулируют и создают мотивацию. Далее

мотивация начинает формировать вектор движения индивида. Это означает, что обозначаются контуры его поведения. Затем происходит реализация программы действий индивидуума. Наконец, может произойти переструктурирование уже сложившейся системы (динамическая функция системы). Это этап «ухода» старых механизмов и «начала» новых механизмов.

Схема может выглядеть следующим образом: *факторы – мотивация – вектор движения – контуры поведения – программа действий – переструктурирование системы – новый механизм.*

Действенность механизма связана с его закреплением. Если механизм не включается, то это означает недостаточность его фиксации (не зафиксировался). Жесткая фиксация определенных механизмов создает алгоритм действия, устойчивые качества личности, а также стереотипы в представлениях индивида. Отчасти формируется ригидность личности или мышления в случае, если механизм не меняется или не переключается с одного на другой. Гибкость, креативность, избирательность связаны с возможностями построения новых механизмов, адекватных целям и задачам самоизменения или самопрограммируемости.

На уровне житейской психологии механизмы у каждого человека действуют без его сознания. На уровне решения научных задач механизм возможно осознанно «запустить». Далее необходимо отслеживание «действия» механизма, затем его жесткая «фиксация».

В научной литературе изучаются такие механизмы, как механизмы памяти, внимания, сознания и самосознания, воли, творчества, психофизиологические механизмы, механизмы эмоций, психической регуляции.

В психолого-антропологическом аспекте поставлены вопросы объяснения механизмов, связанных с применением системного подхода. Рассматриваются механизмы личности и индивидуальности. В настоящее время вопросы по механизмам могут быть поставлены в исследованиях:

- по изучению соотнесенности качеств, определяющих направление коммуникативного поведения;
- по исследованию динамики самооценок личности;
- по объяснению выбора значимого человека;
- по выявлению особенностей регуляции и саморегуляции;
- по выяснению возможностей программируемости и самопрограммируемости;
- по изучению имиджевых конструкций или созданию персонального облика;
- при анализе жизненного пути индивида;
- при анализе достижения акмеологических высот;
- при изучении ресурсов человека;
- при решении консультационных примеров, связанных с проведением изменений в личности и индивидуальности;
- при введении «формул» психологического консультирования.

Таким образом, может быть обеспечено изменение личности и индивидуальности, или же структуры индивидуума, его системы функционирования. Проведение изменений основано на знании системы и структуры человека.

Человек, как известно, представляет собой комбинацию природного, социального и психологического. Такова структура человека, представленная в самом общем виде в литературных источниках. Каждый пласт – биологического, социального, психологического – имеет свою подструктуру, необходимые компоненты и функции. В научной литературе описание структуры человека чаще всего идет через раскрытие таких понятий, как «индивид», «личность», «индивидуальность», «физическое Я», «социальное Я», «психологическое Я», а также через представления о «природной обусловленности» или, наоборот, «социальной детерминации».

Известно также, что человек движется от биологических потребностей, заключаемых в удовлетворении естественных нужд, к социальным, необходимым главным образом для адаптации к среде. В дальнейшем возникают потребности в познании себя, в адекватном самопредставлении, потребности в общении и межличностных отношениях, потребности, связанные с выбором значимого человека. Перед человеком встают задачи собственного развития, саморегуляции, самосовершенствования, повышается различительная чувствительность, интенсивно развивается рефлексивность, включается эмпатия [Карягина, Иванова, 2013], расширяется когнитивный компонент самосознания, индивидуум соотносит себя с другими людьми, оценивает свои возможности, у него уходит внешний контроль и включается самоконтроль. Возникшие новые потребности и своеобразные «расчеты» в их реализации свидетельствуют о переходе индивидуума из «плана социальной детерминации» в «план внутренних произвольных изменений». Психологическая креативность создает индивидуальность. С научной точки зрения это означает смену приоритетов или смещение акцентов с социума на человека. Внутренние произвольные изменения создают «индивидуальность».

Таким образом, внутренний мир человека не сводим к каким-либо природным или социальным детерминантам. Более того, социальные воздействия и влияния могут иметь и негативные последствия: социальная мимикрия, социальный инфантилизм, социальное отчуждение, крайний эскапизм, диссонанс, дисгармония, отсутствие конгруэнтности. Для преодоления отрицательных переживаний у индивида включаются механизмы защиты, выстраиваются блокады и барьеры. У человека возникает необходимость не только адаптироваться к среде, но и конфликтовать со средой (конфронтации человека по отношению к среде) или проводить линию экспансии (выхода из сложившейся системы).

Обеспечивает работу и динамику всей системы человека действие определенных механизмов, которые каждый раз включаются, выключаются, или же создается новый механизм. Механизм позволяет произвести комбинации компонентов, принадлежащих разным пластам психической структуры: биологическому, социальному, психологическому. Происходит оперирование всеми компонентами.

Схему можно представить следующим образом: *оперирование природными задатками – оперирование социально (культурно) значимыми компонентами личности – оперирование компонентами индивидуальности – самодетерминация.*

Включение механизма связано, первоначально, с актуализацией имеющихся потенциалов, ресурсов, заключаемых в сфере «природных возможностей». Далее потребность в действии определенного механизма продуцирована и социальной значимостью или целесообразностью. В связи с этим личность «обращается» к нормам, ценностям, образцам, имеющимся в культуре и служащим основой для культурологической ориентации. Наконец, механизм на уровне индивидуального включается благодаря личной значимости, индивидуальной востребованности, индивидуальным ожиданиям. Социальное чаще всего является фоном. Человек сам себя создает, выстраивает систему соотношений, соизмеряет потребности с возможностями, формирует индивидуальность, выделяет себя на фоне общезначимых конструктов.

Все это свидетельствует о действии другого глубинного пласта, в котором происходят своеобразные расчеты, вычисления, преобразования, анализ силовых возможностей, актуализация ресурсов, обращение к накопленному, взвешивание «за» и «против», принятие решения о производимых изменениях системы, анализ возможностей реструктурирования, ожидание перспектив, просчет шагов, перераспределение акцентов, творческие построения. В психолого-антропологическом аспекте этот психический внутренний пласт был назван «психолого-антропологическое пространство». Это глубинный пласт, в котором происходят внутренние произвольные изменения. Психологически он связан с такими понятиями, как эмпатия, различительная чувствительность, рефлексивность, самопроизвольность, операциональность, опыт.

При анализе механизмов учитывается: а) пусковой стимул, вызвавший потребность в изменении; б) исходная конструкция структуры (связи, зависимости); в) качества (мощность, величины, распределение, сочетания, комбинации); г) динамика системы (имеющиеся потенциалы, сила, ресурсы, возможность изменения); д) фиксация механизмов определенного типа; е) сила зафиксировавшихся механизмов; ж) частота обращения к определенному механизму (применение, использование); з) скорость включения механизма; и) конструктивность и деструктивность механизма; к) скорость разрушения предыдущей системы и скорость построения новой структуры.

Виды личностных (межличностных) механизмов:

- усиление (усиливаются слабо выраженные или недостаточно сильные компоненты);
- угасание (уменьшается мощность отдельных компонентов);
- настояние (включается настойчиво один и тот же тип механизма, задействованный на одних и тех же компонентах);
- повторение (для закрепления созданных соединений или сочетаний возникает необходимость в неоднократном их повторении);
- консервация (механизм создает стандарты, трафареты, держит «старое» и может привести к стагнации);

- доминанты (возникает доминантный очаг, который гасит все остальные);
- перераспределение (перераспределение усилий с одного на другое);
- переключение (переключение действия одних компонентов на другие);
- балансировка (включение то одних компонентов, то других, их взвешивание для нахождения баланса сил);
- равновесие отсутствие равновесия (механизм, позволяющий сократить дистанцию и психологическую напряженность системы);
- координация (механизм, обеспечивающий связь);
- субординация (механизм, создающий зависимости, построение иерархии);
- соотнесение (сличение, наложение, соотнесение себя с другими);
- концентрация (направление усилий в одно русло);
- контрастность (механизм противоположности);
- сопротивление (актуализация ресурсов, обеспечивающих сопротивление определенным факторам);
- попеременное базирование (действие одних компонентов требует попеременного включения и действия других компонентов);
- заимствование (отнятие энергии или ее части у других компонентов своей системы или системы другого),
- синергия (сложение энергии двух сил для получения одной наиболее мощной энергии);
- идентичность (механизм сходства);
- комплементарность (механизм дополнения).

Концепция «психологических изменений человека» построена на основе структурного, системного и психолого-антропологического подходов, а также с учетом принципа антропоцентризма.

Суть концепции психологической изменчивости – это:

- работа компонентов антропологической системы, которые распределяются и перераспределяются в нужном направлении, в соответствии с планами и программами, целями и задачами индивидуума;
- работа механизмов, которые включатся или выключаются, устаревают или формируются как новые;
- поддерживающая функция коммуникативной среды, готовой принять своего представителя, или значимой среды, значимого человека, которые стимулируют, позволяют закрепить и сохранить «приобретения» как нечто наиболее «ценное» или «целесообразное».

В психологическом консультировании технологии воздействия для реализации программ изменения осуществляются путем косвенного влияния:

- через мотивацию, обеспечивающую проведение изменений антропологической структуры;

– через привлекательные паттерны значимого человека, служащие основой для соотнесения с собственными компонентами.

Мотивация будет предписывать оптимальный путь. Мотивация создает направление движения. Мотивация обеспечивает стратегию. Поэтому рационально проводить косвенные воздействия на систему личности через мотивацию.

Механизм позволяет реализовать задуманное, произвести изменения в системе. Механизм обеспечивает тактику. Чем более развито владение человеком разными механизмами, тем более он обладает разнообразными тактиками. Тактика подчинена стратегии. В связи с этим рационально опосредованное воздействие через мотивацию, проведение линии трансформации мотивов, ориентация на программируемую изменчивость. Одновременно мотивы выстраивает сам человек, обеспечивая себе программирование психологической изменчивости.

Мотивация стимулирует к преобразованию системы (перекомбинация, реструктурирование), механизм исполняет задуманное преобразование антропологической системы.

Заключение

Таким образом, значимость механизмов в том, чтобы произвести изменения. Изменения происходят в системе и структуре личности. Операционально изменения комбинируются на уровне особого психолого-антропологического слоя – глубинного слоя – внутреннего пространства – психического внутреннего мира.

Практика психологического консультирования требует технологий работы с проведением различного рода изменений в структуре и системе личности. Консультативная практика ориентирована на реализацию конструктивных изменений в личности, проведение структурирования ее внутреннего мира.

Динамика изменений может быть обеспечена путем анализа и самоанализа личностных качеств, изучения представлений испытуемых, самооценок, обращения к накопленному опыту и антропологической индивидуальной логике. Структурирование новой системы работы психики происходит путем производимых комбинаций и перекомбинаций, трансформации старого, творческих привнесений. Все это создает конструктивные индивидуальные изменения.

Библиография

1. Ананьева Н.А. Психологические механизмы человека как субъекта самоизменения-самоконструирования // Инновационная наука. 2016. № 8. Ч. 1. С. 170-176.
2. Богатырева М.Б., Найда М.В. Гештальт-консультирование как метод развития образа «Я» клиента // Вестник Московского государственного областного университета. 2015. № 2. URL: www.evestnik-mgou.ru

3. Иванова Е.М. К проблеме психологической готовности человека к жизни и профессиональной деятельности // Социальные и гуманитарные науки на Дальнем Востоке. 2012. № 2 (34). С. 53-61.
4. Карягина Т.Д., Иванова А.В. Эмпатия как способность: структура и развитие в ходе обучения психологическому консультированию // Консультативная психология и психотерапия. 2013. № 4 (79). С. 182-207.
5. Коновалова Л.А. Перцептивные механизмы затрудненного взаимодействия в психологическом консультировании: автореферат дис. ... канд. ... психол. наук. Кострома, 2006. 23 с.
6. Красильников И.А. Модель внутреннего конфликта в гуманистической психологии личности // Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал). 2013. № 12 (32). URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/model-vnutrennego-konflikta-v-gumanisticheskoy-psihologii-lichnosti>
7. Макарова Е.Ю. Представления о психологическом консультировании у разных социальных групп: дис. ... канд. ... психол. наук. М., 2009. 187 с.
8. Поляков Е.А. Рилив-терапия как новое психотерапевтическое направление в психологическом консультировании // Российский научный журнал. 2013. № 3 (34). С. 198-208.
9. Потехина Л.Н., Стрекалова Л.В. Психологическая притча как институт осознания психологической проблемы клиента в консультировании // Психология и современный мир: материалы Всероссийской научной конференции студентов, аспирантов и молодых ученых с международным участием. Архангельск: Северный (Арктический) федеральный университет им. М.В. Ломоносова, 2016. С. 73-77.
10. Сизикова Т.Э., Волошина Т.В. Рефлексивное психологическое консультирование как новое направление оказания психологической помощи // Сибирский педагогический журнал. 2012. № 3. С. 183-188.
11. Юдина Е.В. Работа с экзистенциальными данностями в психологическом консультировании // Педагогика и психология образования. 2010. № 3. С. 30-36.

The problem of mechanisms of customer identification system modification in psychological counseling

Nataliya A. Anan'eva

PhD in Psychology, Associate Professor,

Moscow institute of psychoanalysis,

121170, 34-14 Kutuzovskii av., Moscow, Russian Federation;

e-mail: ananyeva70@mail.ru

Abstract

The article deals with the problems of psychological counseling related to the mechanisms of personal change. The author shows that the importance of the mechanisms is in producing of changes. Changes occur in the system and the structure of personality. Operationally changes are combined at the level of the particular psychological and anthropological layer – deep layer – inner space – the mental inner world. The practice of counseling requires technology to operate the carrying out of various changes in the structure and system of the individual. Advisory practice focused on the implementation of constructive changes in the person, carrying out the structuring of the inner world. Dynamics of changes can be achieved through analysis and self-analysis of personal characteristics, appeals to the accumulated experience and anthropological individual logiC. Structurization of a new system of work of the psyche occurs by the produced combinations and recombination, transformation of the old, creative contributions. All of this creates a constructive individual change. The author talk that the mechanism allows to implement the plans, to make changes in the system. The mechanism provides tactics. The more developed the ownership of the person by different mechanisms, the more it has a variety of tactics. Tactics are subordinated to strategy. In this regard, rationally mediated effect through motivation, the line of transformation of the motives, the orientation of the programmable variability. Motivation stimulates conversion system (recombination, restructuring), the mechanism takes anthropological intended transformation of the system.

For citation

Anan'eva N.A. (2016) Problema mekhanizmov izmeneniya sistemy lichnosti klienta v psikhologicheskom konsul'tirovanii [The problem of mechanisms of customer identification system modification in psychological counseling]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 5 (5A), pp. 44-53.

Keywords

Psychological counseling, psychological mechanism of personality, customer identification system, concept of individual psychological change.

References

1. Anan'eva N.A. (2016) Psikhologicheskie mekhanizmy cheloveka kak sub"ekta samoizmeneniya-samokonstruirovaniya [Psychological mechanisms of the person as subject of self-modification and self-construction]. *Innovatsionnaya nauka* [Innovative science], 8 (1), pp. 170-176.
2. Bogatyreva M.B., Naida M.V. (2015) Geshtal't-konsul'tirovanie kak metod razvitiya obraza "Ya" klienta [Gestalt-consultation as a method of developing the client's image]. *Vestnik*

- Moskovskogo gosudarstvennogo oblastnogo universiteta* [Bulletin of Moscow state regional university], 2. Available at: www.evestnik-mgou.ru [Accessed 12/09/16].
3. Ivanova E.M. (2012) K probleme psikhologicheskoi gotovnosti cheloveka k zhizni i professional'noi deyatel'nosti [To the problem of psychological readiness of man to life and professional activity]. *Sotsial'nye i gumanitarnye nauki na Dal'nem Vostoke* [Social and human sciences in the Far East], 2 (34), pp. 53-61.
 4. Karyagina T.D., Ivanova A.V. (2013) Empatiya kak sposobnost': struktura i razvitie v khode obucheniya psikhologicheskomu konsul'tirovaniyu [Empathic as an ability: structure and development in the process of psychological counseling training]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya* [Counseling psychology and psychotherapy], 4 (79), pp. 182-207.
 5. Konovalova L.A. (2006) *Pertseptivnye mekhanizmy zatrudnennogo vzaimodeistviya v psikhologicheskom konsul'tirovanii. Dokt. Diss. Abstract* [Perceptual mechanisms of the complicated interaction of psychological counseling. Doct. Diss. Abstract]. Kostroma.
 6. Krasil'nikov I.A. (2013) Model' vnutrennego konflikta v gumanisticheskoi psikhologii lichnosti [Model of the internal conflict in humanistic psychology of the person]. *Sovremennye issledovaniya sotsial'nykh problem* [Modern researches of social problems], 12 (32).
 7. Makarova E.Yu. (2009) *Predstavleniya o psikhologicheskom konsul'tirovanii u raznykh sotsial'nykh grupp. Dokt. Diss. Abstract* [Presentation on psychological counseling in different social groups. Doct. Diss. Abstract]. Moscow.
 8. Polyakov E.A. (2013) Riliv-terapiya kak novoe psikhoterapevticheskoe napravlenie v psikhologicheskom konsul'tirovanii [Relive therapy as a new therapeutic area of psychological counseling]. *Rossiiskii nauchnyi zhurnal* [Russian scientific journal], 3 (34), pp. 198-208.
 9. Potekhina L.N., Strekalova L.V. (2016) Psikhologicheskaya pritcha kak institut osoznaniya psikhologicheskoi problemy klienta v konsul'tirovanii [Psychological parable as an institution of awareness of the psychological problems of the client in counseling]. In: *Materialy Vserossiiskoi nauchnoi konferentsii "Psikhologiya i sovremenniy mir"* [ProC. Conf. "Psychology and the modern world"]. Arkhangel'sk, pp. 73-77.
 10. Sizikova T.E., Voloshina T.V. (2012) Refleksivnoe psikhologicheskoe konsul'tirovanie kak novoe napravlenie okazaniya psikhologicheskoi pomoshchi [Reflexive psychological counseling as new direction of rendering psychological help]. *Sibirskii pedagogicheskii zhurnal* [Siberian pedagogical journal], 3, pp. 183-188.
 11. Yudina E.V. (2010) Rabota s ekzistentsial'nymi dannostyami v psikhologicheskom konsul'tirovanii [Work with the existential Givens of psychological counseling]. *Pedagogika i psikhologiya obrazovaniya* [Pedagogy and psychology of education], 3, pp. 30-36.