

УДК 159.98

Обоснование возможностей психотехнических средств в работе с суверенностью психологического пространства личности подростка

Елфимова М.М.

ФГБОУ ВО «Оренбургский государственный педагогический университет»

Аннотация. Предметом исследования выступает формирование суверенности психологического пространства личности подростка, которое понимается как освоение рефлексивного действия, направленного на упорядочивание подростком своего опыта успешного автономного поведения, и осуществляемое в результате опосредствования. Последнее представляет собой освоение способа действия с предлагаемым психологическим средством – нарративом. В тренинге происходит интериоризация нарративной формы становления рефлексии, в результате чего подросток осмысливает события своей жизни. Содержанием нарративного тренинга становится нарративное расспрашивание, которое помогает подростку означить и придать смысл конкретным эпизодам собственной жизни, структурировать разрозненный опыт своего успешного автономного поведения.

Ключевые слова: суверенность психологического пространства личности, психотехническое средство, нарратив.

Суверенность психологического пространства личности является одной из форм субъектности человека, и понимается как способность к контролю, защите и развитию своего психологического пространства, основанную на обобщенном опыте успешного автономного поведения [7]. Развитие личностной суверенности происходит нелинейно, и подростковый возраст один из тех возрастов, в котором процессы суверенизации происходят наиболее интенсивно, подчиняясь задачам взросления. В подростковом возрасте такой задачей становится разрешение противоречия между потребностью самоутверждения, самовыражения и возможностями, которые социальная среда предоставляет для их удовлетворения.

Таким образом, можно констатировать практическую необходимость в содействии становлению личностной суверенности подростка с одной стороны, и отсутствием соответствующей психологической технологии с другой. Разрешение проблемы состоит в поиске и обосновании такого инструментального средства, освоение способа действия с которым обеспечивает организацию собственного личного опыта, и возможность занять субъектную (авторскую) позицию по отношению к собственной жизни.

Психотехническое средство – средство функцией которого является воздействие на психические процессы человека, в отличие от средств с первичной функцией (например, первичной функцией языка является общение, коммуникация [1]. «Психотехника – искусство ориентировки в психических явлениях и управления ими [16, с. 25].

Венгер А.Л. полагает, что рассмотрение психотерапевтических техник с позиций культурно-исторической психологии «должен отвечать на следующие вопросы:

- Каковы основные психологические средства, предлагаемые клиенту?
- Каковы формируемые у него способы использования этих средств?
- Как строится социальное взаимодействие между клиентом и психологом, насколько эффективно достигается интериоризация средств, их «присвоение» клиентом?
- В какой мере обеспечивается произвольность и самостоятельность клиента в управлении своим психическим состоянием и своей деятельностью?» [1, с. 34].

Ответы на эти вопросы позволяют сценарно увидеть и описать реализацию психотехники в ходе тренингового или консультативного взаимодействия.

Первое, – психолог предлагает клиенту конкретные психологические средства, овладение способами действий с которыми позволят клиенту разрешить имеющуюся проблему. Такими средствами должны стать не специально разработанные для целей психологической практики, а общекультурные средства. При этом важно учитывать особенности культуры, к которой принадлежит клиент при выборе психологических средств и построении системы взаимоотношений.

Второе, – в процессе психологической работы психолог раскрывает клиенту способ применения предложенным средством, психологический механизм его действия. Это необходимо для обеспечения произвольности последующего самостоятельного применения клиентом предложенного психотехнического средства.

Третье, – целенаправленно организуется процесс взаимодействия терапевта и клиента, в ходе которого клиент осваивает предлагаемый ему способ действия с психологическим средством. Таки образом, происходит интериоризация терапевтических отношений и способа действия со средством [17, с. 115].

Следуя указанной логике, уточним возможности работы с таким психотехническим средством как *нарратив*.

Мы предполагаем, что опосредствующая функция нарратива обеспечивает реализацию рефлексивного акта, вынесенного в межличностное диалогическое пространство взаимодействия, и тем самым перестраивающего смысловую сферу субъектов тренингового или консультативного взаимодействия.

Опосредствование представляет собой «систематическое присвоение особых психологических средств, в ходе которого происходит развитие субъекта» [14, с. 25]. Применяя интериоризированное психологическое средство, человек приобретает способность произвольно управлять своим поведением и своими психическими процессами, организовывать их в соответствии с собственными намерениями [1]. В нашем исследовании психологическим средством организации и упорядочивания собственного личного опыта выступает нарратив. Осно-

вополагающей идеей концепции Л.С. Выготского является знаковая природа организации психики человека. Нарратив же есть текст, знаковая система, которая первоначально разделена между людьми и в последствии интериоризирующаяся. В результате интериоризации нарратива события жизни организуются во времени и осмысливаются, и появляется активный рефлексивный субъект, самостоятельно формирующий и изменяющий собственную жизнь [9; 10]. Согласно исследованиям Е.Е. Сапоговой, выстраивая нарратив, человек сам называет, означает и придает смысл конкретным эпизодам, которые спроецировались в его личности, сам отвечает за «смысловые сгущения», «средоточия значимости» в точках-фокусах его текста [11].

Способ, освоение которого предполагается через нарратив, состоит в смене позиции «в виде системы внутренних действий, составляющих рефлексивный акт» [15, с. 112]. Способ действия – есть управление координацией процессов и предполагает отстранение от ситуации действия и взгляда на неё со стороны, то есть позиционное отношение к действительности. «Отстранённость и позиция – указание на новый, более высокий, уровень опосредствования» [18, с. 115].

Смена позиций и появление позиционного отношения становятся возможными благодаря сущностной характеристике нарратива – в каждой истории наличествует двойной ландшафт (ландшафт действия и ландшафт смысла или сознания). Ландшафт действия – в нем разворачиваются события, это «материал» истории. В ландшафте сознания репрезентируется сознание главных героев истории, он состоит из отраженных событий ландшафта действия, «из того, каким образом люди приписывают смысл этим событиям, из их выводов о намерениях и целях, придающих облик этим событиям, о том, каков характер других персонажей истории, об их представлении о себе и отношении к себе в свете данных событий» [13, с. 93]. Ландшафт действия – это позиция героя, у любой истории есть герой (и то, каким он предстает перед нами, по большей части зависит от воли автора). Герой в нарративном тренинге – это проба автора определенным образом представить себя окружающим и самому себе, то, как подросток пытается предъявить образ самого себя. Ландшафт смысла – это позиция автора, тот момент нарративного тренинга, когда он (клиент) присутствует «здесь-и-теперь», позиция, которая подразумевает деятельностное отношение к тексту. Именно автор принимает решение и придает смысл тем или иным событиям собственной жизни [9]. Через нарратив обретается возможность «посмотреть на себя как на условно независимого от себя персонажа» [12, с. 25], и сделать с этим что-то. «Благодаря такому расщеплению, субъект оказывается в состоянии занять позицию по отношению к самому себе и из нее осуществить действия по отношению к самому себе» [6, с. 115].

Работа с нарративом предполагает сочинение истории, создание авторской позиции посредством вопросов, направленных на развитие «хорошей» истории – истории успешного автономного поведения, – вопросов, помогающих провести содержательное обобщение событий взросления, составляющих личностный опыт подростка. Организация работы в тренинге осуществляется как совместное

исследование. Последовательность вопросов психолога в нарративном тренинге и последовательность внутренних действий, составляющих рефлексивный акт, находятся в отношениях взаимного соответствия. В нашей работе мы соотносим данные этапы с этапами построения бесед, способствующих протраиванию опор исследования и создания подростком собственной истории (Таблица 1).

Таблица 1. Соотнесение схемы рефлексивного акта и бесед, направленных на протраивание опор (Н.Г. Алексеев, В.К. Зарецкий, М. Уайт).

| № | Последовательность шагов в рефлексивном акте (по Н.Г. Алексееву, В.К. Зарецкому [15]) | Решаемые задачи (по М. Уайту [13]) |
|---|---|---|
| 1 | Остановка | <i>Задачи низкого уровня дистанцирования. Это вопросы, которые дают возможность подростку придать смысл тем событиям, которые остались не обозначенными или неназванными, а затем подробно описать их.</i> |
| 2 | Фиксация | <i>Задачи среднего уровня дистанцирования. Данные вопросы необходимы подростку для установления связи между конкретными событиями, для создания ассоциативных цепочек.</i> |
| 3 | Объективация | <i>Задачи средне-высокого уровня дистанцирования. Вопросы побуждают подростка провести оценку возникающих взаимосвязей, делать выводы на основе вновь созданных ассоциативных цепочек событий, составляющих собственный жизненный опыт.</i> |
| 4 | Отчуждение | <i>Задачи высокого уровня дистанцирования. Побуждают подростка формировать и формулировать понятия, относящиеся к его собственной жизни и суверенности на основании выводов из конкретных, специфичных обстоятельств.</i> |
| 5 | Установление отношений. Изменение схемы мышления | <i>Задачи очень высокого уровня дистанцирования. Обеспечивают подростку возможность создавать проекты дальнейшего жизненного продвижения со вновь сформулированными понятиями, касающимися жизни и суверенности, учат предсказывать исходы предполагаемых действий, а также планировать и составлять алгоритм их осуществления.</i> |

Применение вспомогательных средств (нарратива) «будучи включено в процесс поведения ... видоизменяет все протекание и всю структуру психических функций, определяя своими свойствами строение нового инструментального акта» [2, с. 225]. Обращаясь к работам Д.А. Леонтьева, Е.Е. Сапоговой, М.В. Клементьевой освоение обобщенного способа действия по осмыслению собственного опыта предполагает обретение:

– осмысленности жизни (данный критерий отражает способность подростка организовывать собственный личный опыт и *общий уровень осмысленности жизни*);

– рефлексивности как устойчивой личностной черты (данный критерий отражает саморазвивающуюся личность, обладающей *способностью к системной рефлексии*);

– пересмотра экзистенциального концепта жизни (данный критерий отражает чувствительность подростка к временному *модусу человеческого существования*);

– способности подростку самостоятельно структурировать разрозненный опыт, в том числе для создания временной структуры, позволяющей ему овладеть своим прошлым (*биографическая рефлексия*) [3].

Таким образом, представляя собой культурную форму, нарратив используется как психологическое орудие для структурирования разрозненного опыта, в том числе для создания временной структуры, позволяющей подростку овладеть своим опытом успешного автономного поведения.

ЛИТЕРАТУРА

1. Венгер А.Л. Культуральный подход в психотерапии // Культурно-историческая психология. 2006. №1. С. 32–38.
2. Выготский, Л.С. Развитие высших психических функций. Изд-во АПН РСФСР, Москва, 1960. 450 с.
3. Елфимова М.М. Развитие произвольного смыслообразования в нарративном тренинге // Психолог. 2017. №6. URL: http://e-notabene.ru/psp/article_25010.html (дата обращения: 29.30.2017).
4. Клементьева М.В. Биографическая рефлексия как ресурс саморазвития взрослых людей // Культурно-историческая психология. 2016. Т. 12. №1. С. 14–23.
5. Клементьева М.В. Биографическая рефлексия как ресурс профессионально-личностного развития студентов-психологов // Образовательные технологии. 2015. №4. С. 103–110.
6. Леонтьев Д.А. Осин Е.Н. Рефлексия «хорошая» и «дурная»: от объяснительной модели к дифференциальной диагностике // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2014. Т. 11. №4. С. 110–135.
7. Нартова-Бочавер С.К. Психологическая суверенность личности: генезис и проявления: автореф. дисс. на соиск. уч. степ. психол. наук. Москва, 2005. 39 с.
8. Преображенская А.О. Динамика субъектной позиции личности в процессе психологического консультирования: автореф. дисс. на соиск. уч. степ. к. пс. наук. М., 2007. 24 с.
9. Преображенская А.О. «Автор» и «герой» в автобиографическом нарративе // Московский психотерапевтический журнал. 2006. №1. С. 118–130.
10. Сапогова Е.Е. Автобиографирование как процесс самодетерминации личности // Культурно-историческая психология. 2011. №2. С. 37–51.
11. Сапогова Е.Е. Автобиографический нарратив в контексте культурно-исторической психологии // Культурно-историческая психология. 2015. №2. С. 63–74.

12. Турушева Ю.Б. Нарратив как культурный медиатор развития личности: взгляд сквозь призму культурно-исторической психологии // Культурно-историческая психология. 2016. Т. 12. №2. С. 24–32.
13. Уайт М. Карты нарративной практики: введение в нарративную терапию. М.: Генезис, 2010. 326 с.
14. Хозиев В.Б. Опосредствование в теории и практике культурно-исторической концепции // Культурно-историческая психология. 2005. №1. С. 25–35.
15. Холмогорова А.Б. Зарецкий В.К. Может ли культурно-историческая концепция Л.С. Выготского помочь нам лучше понять, что мы делаем как психотерапевты? // Культурно-историческая психология. 2011. №1. С. 108–116.
16. Цзен Н.В., Пахомов Ю.В. Психотренинг: игры и упражнения. Изд. 2-е, доп. М.: Независимая фирма «Класс», 1999. 272 с.
17. Цыбуля В.И. К проблеме психологического понимания и исследования символа в психотерапии // Культурно-историческая психология. 2014. №3. С. 114–122.
18. Эльконин Б.Д. Опосредствование. Действие. Развитие. Ижевск: ERGO, 2010. 280 с.

REFERENCES (TRANSLITERATED)

1. Venger A.L. Kul'tural'nyj podhod v psihoterapii // Kul'turno-istoricheskaja psi-hologija. 2006. №1. S. 32–38.
2. Vygotskij, L.S. Razvitie vysshih psihicheskikh funkcij. Izd-vo APN RSFSR, Moskva, 1960. 450 s.
3. Elfimova M.M. Razvitie proizvol'nogo smysloobrazovanija v narrativnom treninge // Psiholog. 2017. №6. URL: http://e-notabene.ru/psp/article_25010.html (data obrashhenija: 29.30.2017).
4. Klement'eva M.V. Biograficheskaja refleksija kak resurs samorazvitija vzroslyh lju-dej // Kul'turno-istoricheskaja psihologija. 2016. Т. 12. №1. S. 14–23.
5. Klement'eva M.V. Biograficheskaja refleksija kak resurs professional'no-lichnostnogo razvitija studentov-psihologov // Obrazovatel'nye tehnologii. 2015. №4. S. 103–110.
6. Leont'ev D.A. Osin E.N. Refleksija «horoshaja» i «durnaja»: ot ob#jasnitel'noj mode-li k differencijal'noj diagnostike // Psihologija. Zhurnal Vysshej shkoly jekonomiki. 2014. Т. 11. №4. S. 110–135.
7. Nartova-Bochaver S.K. Psihologicheskaja suverenost' lichnosti: genezis i projavle-nija: avtoref. diss. na soisk. uch. step. psihol. nauk. Moskva, 2005. 39 s.
8. Preobrazhenskaja A.O. Dinamika sub#ektnoj pozicii lichnosti v processe psihologi-cheskogo konsul'tirovanija: avtoref. diss. na soisk. uch. step. k. ps. nauk. M., 2007. 24 s.
9. Preobrazhenskaja A.O. «Avtor» i «geroj» v avtobiograficheskom narrative // Moskov-skij psihoterapevticheskij zhurnal. 2006. №1. S. 118–130.
10. Sapogova E.E. Avtobiografirovanie kak process samodeterminacii lichnosti // Kul'turno-istoricheskaja psihologija. 2011. №2. S. 37–51.
11. Sapogova E.E. Avtobiograficheskij narrativ v kontekste kul'turno-istoricheskaj psihologii // Kul'turno-istoricheskaja psihologija. 2015. №2. S. 63–74.
12. Turusheva Ju.B. Narrativ kak kul'turnyj mediator razvitija lichnosti: vzgljad skvoz' prizmu kul'turno-istoricheskaj psihologii // Kul'turno-istoricheskaja psihologija. 2016. Т. 12. №2. S. 24–32.
13. Uajt M. Karty narrativnoj praktiki: vvedenie v narrativnuju terapiju. M.: Genезis, 2010. 326 s.
14. Hoziev V.B. Oposredstvovanie v teorii i praktike kul'turno-istoricheskaj koncepcii // Kul'turno-istoricheskaja psihologija. 2005. №1. S. 25–35.
15. Holmogorova A.B. Zareckij V.K. Mozhet li kul'turno-istoricheskaja koncepcija L.S. Vygotskogo pomoch' nam luchshe ponjat', chto my delaem kak psihoterapevty? // Kul'turno-istoricheskaja psihologija. 2011. №1. S. 108–116.
16. Czen N.V., Pahomov Ju.V. Psihotrening: igry i uprazhnenija. Izd. 2-е, dop. M.: Neza-visimaja firma «Klass», 1999. 272 s.
17. Cybulja V.I. K probleme psihologicheskogo ponimaniya i issledovanija simvola v psihoterapii // Kul'turno-istoricheskaja psihologija. 2014. №3. S. 114–122.
18. Jel'konin B.D. Oposredstvovanie. Dejstvie. Razvitie. Izhevsk: ERGO, 2010. 280 s.

**JUSTIFICATION OF OPPORTUNITIES OF PSYCHOTECHNICAL MEANS IN WORK
WITH THE SOVEREIGNTY OF PSYCHOLOGICAL SPACE OF THE IDENTITY OF
THE TEENAGER****Elfimova M.M.***Orenburg State University of Education*

Abstract. Formation of the sovereignty of psychological space of the identity of the teenager acts as an object of research. The sovereignty of psychological space of the identity of the teenager is understood as development of the reflexive action directed to ordering by the teenager of the experience of successful autonomous behavior, and carried out as a result of an *oposredstvovaniye*. The last represents development of a way of action with the offered psychological means – a narrative. In a training there is an interiorization of a narrative form of formation of a reflection therefore the teenager comprehends events of the life. Content of a narrative training is the narrative *rassprashivaniye* which helps the teenager to mark and give sense to concrete episodes of own life, to structure separate experience of the successful autonomous behavior.

Keywords: sovereignty of psychological space of the personality, psychotechnical tool, narrative.

Елфимова Мария Михайловна, кандидат психологических наук, доцент кафедры возрастной и педагогической психологии, Оренбургский государственный педагогический университет, 460014, г. Оренбург, ул. Советская, 19, e-mail: elfimovamarya@yandex.ru.

Elfimova Maria Mikhailovna, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Orenburg State Pedagogical University, 460014, Orenburg, ul. Soviet, 19, e-mail: elfimovamarya@yandex.ru.

Ссылка для цитирования:

Елфимова М.М. Обоснование возможностей психотехнических средств в работе с суверенностью психологического пространства личности подростка // Гуманитарный научный вестник. 2017. №12. С. 1-7. URL: <http://naukavestnik.ru/doc/gv1712Elfimova.pdf>
