

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный исследовательский Томский государственный университет»

На правах рукописи



Стайпек Анастасия Андреевна

АУТЕНТИФИКАЦИЯ ПОМОГАЮЩИХ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ
ПРОСТРАНСТВ

19.00.01 – Общая психология, психология личности, история психологии

Диссертация
на соискание ученой степени
кандидата психологических наук

Научный руководитель
доктор психологических наук, доцент
Лукьянов Олег Валерьевич

Томск – 2017

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение	4
1 Проблема аутентификации в контексте плюрализма психологических подходов	16
1.1 Проблема аутентификации в контексте плюрализма помогающих психологических пространств	19
1.2 Плюралистический подход и проблема рефлексии.....	24
1.3 Аутентификация психологических пространств	34
Выводы по главе 1.....	43
2 Методология и методы эмпирического исследования аутентификации помогающих психологических пространств	48
2.1 Обоснование направления и подхода исследования	48
2.2 Дизайн, рабочая модель и организация эмпирического исследования.....	50
2.3 Описание методов и методик исследования.....	55
2.4 Опыт зарубежных феноменологических исследований с использованием рефлексивных данных.....	72
2.5 Описание источников данных и выборки исследования	74
2.6 Описание контекстов проведения исследования.....	76
Выводы по главе 2.....	89
3 Результаты эмпирического исследования аутентичности помогающих психологических пространств.....	90
3.1 Процедура аутентификации в пространстве психотерапии и онлайн образования	90
3.2 Аутентификация и риск аутичности в условиях плюрализма	97
3.2.1 Аутентификация в пространстве групповой терапии	97
3.2.2 Аутентификация в пространстве индивидуальной терапии	113
3.2.3 Аутентификация в пространстве групповой социотерапии формата психологического путешествия.....	118
3.2.4 Аутентификация в социотерапии подростков, переживающих экзистенциальную фрустрацию.....	122

3.2.5 Аутентификация в онлайн образовании.....	126
3.3 Способы презентации рефлексивных данных	137
3.4 Рекомендации для систем образования и экспертизы.....	142
3.4.1 Технологии анализа когнитивной активности человека	148
Выводы по главе 3.....	149
Заключение.....	152
Список литературы	155
Приложение А Бланк методики «Форма целей» участника терапевтической группы, образовательного пространства и индивидуальной психотерапии.....	180
Приложение Б Бланк методики «Форма оценки целей».....	182
Приложение В Методика «Рефлексивная форма участника терапевтической группы», вариант 1	183
Приложение Г Методика «Рефлексивная форма участника терапевтической группы», вариант 2.....	185
Приложение Д Методика «Рефлексивная форма участника терапевтической группы», вариант 3.....	186
Приложение Е Бланк методики «Рефлексивная форма слушателя онлайн курса»	187
Приложение Ж Бланк методики «После-сессионная форма терапевта», вариант 1	190
Приложение И Бланк методики «После-сессионная рефлексивная форма терапевта», вариант 2	192
Приложение К Бланк методики «После-сессионная рефлексивная форма терапевта», вариант 3.....	193
Приложение Л Бланк методики «После-сессионная рефлексивная форма клиента»	194
Приложение М Бланк методики «Форма персонализации в терапии».....	196

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Актуальность аутентификации помогающих психологических пространств обусловлена потребностями и обстоятельствами современной психологии и образования, детерминированной Современными Высокими и Гуманитарными технологиями, подразумевающими одновременно высокую степень отчуждения человека от производства и при этом – высокую степень связанности человека с технологиями. В настоящее время вполне нормальным считается использование социальных, психологических и образовательных практик для влияния на самоидентичность человека (В.Е. Ключко, О.В. Лукьянов, Э.В. Галажинский и др.). Индивидуальная и социальная идентичность сегодня активно создаются, изменяются и подвергаются риску симуляции и псевдолегализации (О.В. Лукьянов, Я.Б. Частокотенко). В этой связи для научной психологии актуальна проблема аутентификации психологических и образовательных пространств, то есть их проверки на подлинность, соответствие деклараций результатам и ожиданий основаниям (О.В. Лукьянов, В.Е. Ключко, Э.В. Галажинский, Я.Б. Частокотенко и др.).

Кроме того, сегодня уже невозможно игнорировать реальность методологического плюрализма (М. Купер, Дж. МасЛеод), открывающего почти неконтролируемое многообразие пониманий полезности воздействий на человека под видом тренингов, программ обучения, психологической помощи. В связи с этим, в каждом конкретном случае рассмотрения психологической практики встает вопрос: а на самом ли деле полезны и чем полезны психологические тренинги; что полезного происходит на психотерапевтической сессии; какие из помогающих методов более или менее эффективны; какие тенденции развития на самом деле утверждаются в процессе обучения.

В помогающих и образовательных процессах процедура аутентификации влияющих на личность действий, приобретает особую значимость, поскольку позволяет говорить об эффективности и действенности (действительности) помогающего и образовательного процесса в контексте определенности

отношений (идентифицированной реляционности). Проверка на соответствие личных ожиданий и оснований человека, входящего в психотерапевтический или образовательный процесс, с основаниями и ожиданиями подхода, психотерапевта, обучающего курса или образовательной системы в каждом конкретном случае, позволяет находить адекватные формы экспликации оснований, соответствующие живому, то есть многомерному, контексту.

Проблема оценки эффективности и доказательности полезности помогающих психологических пространств поставлена довольно давно (А.Л. Катков, А.Б. Холмогорова, Е.Л. Николаев). Ранее в психологических исследованиях было принято опираться на идентификацию при решении задачи на полезность (Д.В. Карась, И.Н. Кулезнева, Е.Ю. Мазур), в нашем диссертационном исследовании предлагается иное принципиальное решение – аутентифицировать пространство прежде, чем констатировать или обобщать идентичность. Оригинальность решения проблемы аутентификации помогающих психологических пространств заключается в проверке событий на достоверность, основываясь не на соответствиях внешним абстрактным и формализованным критериям, а на соответствиях, присущих явлению внутренне, то есть, используя рефлексивные данные участников помогающего события (Т.Л. Левет-Джонс, А. Дюффи, К. Манн). Такой подход к проблеме позволяет разрешить изолированность интерпретации содержания помогающих практик от реальной эффективности, то есть появляется возможность показывать эффективность, основываясь не только на мнении автора (ведущего) практики, но и на опыте участников (клиентов), отраженном в рефлексивных описаниях (Р. Эллиотт, Л. Тимулак, М. Купер, Дж. МакЛеод, Д. Барлоу, Б.И. Вэмполд и др.).

Актуальность исследования аутентификации действий, направленных на личностные изменения, в изучении эффективности помогающих психологических пространств связана с современными тенденциями к развитию интегративных методов и подходов в психологической помощи (А.Л. Катков, В.В. Гараева, Е.Л. Николаев, В.Е. Каган), с пониманием условий и процесса психологической помощи в многомерном контексте [57], учитывающем активность не только

психотерапевта или преподавателя, в случае интенсивных форм обучения – тренера, автора обучающего курса, но и психологическую активность клиента, студента, слушателя. Далее мы будем говорить просто об аутентификации, подразумевая, что речь идет о личностно обусловленной активности и проверке подлинности этой активности через экспликацию смысловых соответствий.

Проблема недостаточности и качества рефлексии сегодня также актуальна в связи с необходимостью разработки моделей работы с рефлексивными данными в различных направлениях изучения: аутентичной мотивации (вовлеченности), динамики самоидентичности (жизнетворчества), взаимодейстования инициативности, самобытности и эффективности человека в творческой и образовательной деятельности (В.Е. Ключко, К.С. Абульханова-Славская, Г.М. Андреева, А.Г. Асмолов, А.В. Брушлинский, Ф.Е. Василюк, В.В. Знаков, Д.А. Леонтьев, И.Н. Семенов, В.И. Слободчиков, И.М. Слободчиков, О.М. Краснорядцева).

Сегодня проблема аутентификации актуальна в самых разных областях жизни: аутентификация пользователей в сетях, аутентификация информации, аутентификация изобретений, инноваций, процессов, практик и т.д. Как часто бывает в науке, источником технологических моделей являются результаты изучения психологического опыта. Модели, построенные как интерпретации психологических систем, определяют тенденции постановки и поиска технических решений в других дисциплинах. Актуальность исследования обусловлена также возможностями расширения использования рефлексивных данных и востребованностью моделей для проверки на подлинность практик, основанных на идентификациях и идентичности, недостаточностью методического аппарата проверки и эмпирического доказательства подлинности практик, опирающихся на процессы самоидентификации (Д.А. Леонтьев, Р. Эллиотт, Л. Тимулак). Среди прочего, проблема аутентификации актуальна для образовательных практик, поскольку одной из важных задач образования, выраженных в общепсихологическом смысле, является повышение уровня самоорганизации.

Цель исследования: теоретически обосновать, разработать и эмпирически проверить средство установления подлинности (аутентификацию) помогающих психологических пространств, направленных на личностные изменения, то есть подразумевающих психологическую самоорганизацию и саморазвитие.

Объект исследования: психологические пространства (помогающие практики и психологическая реальность человека).

Предмет исследования: средство установления подлинности (аутентификация) событий и действий в помогающих психологических пространствах.

Гипотеза исследования: аутентификация событий и действий в помогающих психологических пространствах сопряжена с уровнем рефлексии. Рефлексивные данные являются аутентичным материалом для проверки на подлинность психологической реальности человека (самоидентификации).

Для достижения цели были поставлены следующие теоретические и эмпирические задачи:

1. Обосновать проблематику исследования аутентификации помогающих психологических пространств в современной психологии на основании теоретического анализа научных представлений в сфере изучения доказательности полезности и эффективности действий в отечественной и зарубежной психологии.

2. Адаптировать методики сбора данных, имеющие репутацию передовых, для исследований доказательства эффективности, полезности помогающих действий на основании рефлексивных данных.

3. Исследовать тезаурус помогающих процессов и психологическую активность в практиках современных российских специалистов, идентифицирующих себя с различными направлениями и разделяющих принципы плюралистического и системно-антропологического подходов.

4. Исследовать эффективность помогающих психологических практик с применением метода оценки значимых терапевтических событий.

5. Разработать реляционную модель оценки эффективности помогающих психологических пространств, психологической активности клиента и терапевта в помогающем процессе.

6. Разработать основные положения методических рекомендаций по проведению процедуры аутентификации для систем образования и экспертизы.

Методологической и теоретической основой исследования являются подходы современных отечественных и зарубежных ученых постнеклассической перспективы:

1) *Системно-антропологический подход* (В.Е. Ключко, Э.В. Галажинский, О.М. Краснорядцева, О.В. Лукьянов) и *теория психологических систем* (В.Е. Ключко). Одним из основополагающих принципов в этом подходе является принцип избирательности и направленности взаимодействия, говорящий о том, что для всех видов систем, в том числе и живых, имеется общий семантический базис. Иными словами, разные уровни организации материи, представляя разные по своей сложности семантические структуры, используют один и тот же принцип смыслообразования, благодаря которому Универсум обеспечивает свою устойчивость как саморазвивающееся явление. Этот принцип позволяет подойти к решению проблемы изучения когнитивной активности в трансперспективе различных масштабов, в том числе в различных порядках социализации и идентичности; использовать данные различных уровней человеческого бытия в мире.

2) *Концепция транстемпоральной психологии* (О.В. Лукьянов). В этом подходе основаниями для понимания человеческой активности предполагаются соответствия (сингулярности) инициативы и памяти. Используя концепцию временного спектра (уровней порядка и многомерности), мы можем строить когнитивные модели одновременности-разновременности, современности-вневременности человеческого присутствия в мире. Это позволяет понимать идентичность динамично, как условие устойчивости человека в изменениях.

3) *Плюралистический подход в психотерапии и консультировании* (М. Купер, Дж. МакЛеод). Данный подход представляет собой совокупность принципов и мета-стратегий, которые могут использоваться терапевтами,

практикующими в самых разнообразных терапевтических подходах (бихевиоральный, когнитивный, аналитический и др.). Основное положение подхода заключается в принятии существования многообразия способов разрешения клиентских задач и методов терапевтической работы и оказания помощи. Плюралистическое консультирование и психотерапия основываются на особом отношении к клиентам и терапевтам – клиенты являются активными участниками терапевтического процесса, способными принимать ответственность на себя за свои жизненные выборы, и могут использовать любые доступные им средства и ресурсы, чтобы строить жизнь так, как они считают нужным; плюралистические терапевты должны обладать прочными основаниями и мастерством консультирования (психотерапии) и саморефлексии, быть осведомленными и уметь критически переосмысливать целый ряд подходов терапии, а также иметь более глубокую профессиональную подготовку в, по крайней мере, одном направлении (например, в экзистенциальном или когнитивном).

К методологическим основаниям нашего исследования также следует отнести общенаучный принцип эмпирического обобщения (Л.Н. Гумилев, А.Н. Леонтьев, И.Т. Фролов, Л.П. Станкевич, В.В. Казаневская, В.С. Мерлин, Б.Ф. Ломов) и основные положения экзистенциально-феноменологического подхода в философии и психологии (М.М. Бахтин, Л. Бинсвангер, М. Бубер, С.Л. Франк, В. Франкл, К. Ясперс, Э. Гуссерль, Р. Мэй, К. Роджерс, Дж. Бьюдженталь, А. Ленгле, О.В. Лукьянов, М. Купер, Э. Ван Дорцен, А.М. Улановский и др.).

Методы и методики исследования. В соответствии с целью и задачами исследования для теоретического обоснования постановки проблемы и выдвижения гипотез проводился реферативный анализ научной литературы, анализ тенденций понимания проблемы доказательности, полезности и эффективности помогающих пространств. Основополагающим методом к исследованию помогающих пространств стал метод оценки значимых событий (Р. Эллиотт, Л. Тимулак, Е. Слатик и др.) Для сбора эмпирических данных

использовался комплекс методик по сбору рефлексивных данных (Дж. МакЛеода, М. Купера); метод семантического дифференциала «Форма персонализации в терапии» (М. Боуэнс, Л. Джонсон, М. Купер). Для интерпретации данных применялись преимущественно качественные методы: тематический анализ, феноменологический анализ, интерпретативный феноменологический анализ, метод феноменологической интерпретации. Репертуар количественных методов был ограничен подсчетом соответствий, описательными статистиками и визуализацией. Использовался электронно-статистический пакет MS Excel. Для представления результатов применялся метод построения процессуальных карт.

Надежность и достоверность данных и результатов обеспечивалась: междисциплинарным теоретическим анализом литературы по исследуемой теме; использованием комплекса методов и методик, адекватных предмету, цели и замыслу исследования; достаточно большим количеством эмпирических данных – 487 случаев; применением адекватных методов обработки данных.

Основные этапы исследования:

Первый этап (2014–2015 гг.) – изучение и анализ психологической литературы по проблеме исследования: основания методик сбора рефлексивных данных, особенности их применения и перевода на русский язык; изучение с помощью методик эффективности различных видов психотерапии. Адаптация комплекса рефлексивных до- и после-сессионных форм к проведению исследований в России.

Второй этап (2015–2016 гг.) – апробация комплекса рефлексивных методик и сбор данных о помогающем процессе и психологической активности среди специалистов различных направлений, разделяющих принципы плюралистического и системно-антропологического подходов, также было проведено исследование опыта дистанционного обучения.

Третий этап (2016–2017 гг.) – анализ, интерпретация и обобщение результатов исследования; разработка реляционной модели оценки эффективности помогающих психологических пространств и технологии анализа когнитивной активности человека; формулирование основных этапов процедуры

аутентификации; составление рекомендаций для систем образования и экспертизы; описание выводов, оформление текста диссертации.

Источники данных и участники исследования:

1. Психотерапевтические группы (организованные и проведенные в г. Кемерово на базе Автономной некоммерческой организации «Психологический центр «Семья» и в г. Томске в «Центре Практической Психологии»);

2. Он-лайн курс «Гениальность. Одаренность. Посредственность» на платформе «Лекториум» (<https://www.lektorium.tv/>) и его вариант на английском языке «Genius. Talent. Golden Mediocrity» на платформе «Iversity» (<https://iversity.org/>);

3. Он-лайн программы повышения квалификации ИДО ТГУ «Психология самореализации и творческой самоидентичности», «Психология инициативности, самобытности и эффективности. Воспитание творческой индивидуальности»;

4. Социотерапевтические группы с подростками (г. Кемерово, Автономная некоммерческая организация «Психологический центр «Семья»);

5. Практические случаи семейной и индивидуальной терапии (г. Томск, «Центр Практической Психологии»);

6. Исследовательские помогающие семинары (г. Томск).

В исследовании приняли участие 487 человек в возрасте от 11 до 57 лет. Мы рассматриваем этот массив данных как набор случаев, феноменологический и сравнительный анализ которых позволяет предположить наличие тенденций развития, выдвинуть полезные гипотезы, выявить приоритеты и смыслы.

Научная новизна исследования обусловлена тем, что:

1) Впервые предложена процедура аутентификации помогающих психологических пространств, подразумевающих влияние на самоидентификацию.

2) Разработана оригинальная процедура аутентификации, основанная на реляционной модели оценки эффективности помогающих психологических пространств, позволяющая уточнять диапазоны эффективности и границы допустимости помогающих действий.

3) Получены новые данные относительно эффективности действий и полезной активности в помогающих психологических пространствах, согласованные с точками зрения клиентов, специалистов и экспертов.

4) Адаптирован и впервые апробирован в отечественных исследованиях комплекс методик для работы с рефлексивными данными о полезности психологических событий, позволяющий осуществлять аутентификацию событий, посредством выявления соответствий целей и активностей участников, а также создающий возможность проведения сравнительных и кросс-культурных исследований эффективности помогающих практик.

5) Впервые использован метод оценки значимых событий в отечественных исследованиях полезности помогающих практик и проведен мета-анализ зарубежных психологических исследований, посвященных разработке, экспликации и применению данного метода.

Теоретическая значимость исследования определяется тем, что:

1) В работе представлен теоретический анализ научных представлений в сфере изучения доказательности полезности и эффективности действий в отечественной и зарубежной психологии, позволяющий обосновать проблематику исследования аутентификации помогающих психологических пространств в современной психологии.

2) Обобщен опыт современных феноменологических исследований в отношении создания психологических пространств.

3) Основные положения проведенного мета-анализа зарубежных исследований, посвященных проблематике изучения полезности помогающих психологических пространств с использованием метода оценки значимых событий, позволяют уточнить особенности применения данного метода в отечественных исследованиях полезности и эффективности помогающих практик.

4) Выдвинуты гипотезы об аутентификации помогающих психологических пространств в контексте принципов плюралистического и системно-антропологического подходов для проведения дальнейших исследований.

Практическая значимость исследования заключается в том, что:

1) Сформулирована концепция продолжения исследований реляционных моделей оценки эффективности помогающих психологических пространств, включающая матрицу базовых аспектов реляционности, методы сбора, обработки и интерпретации данных.

2) Сформулированы рекомендации по использованию разработанной реляционной модели оценки эффективности помогающих психологических пространств для систем образования, помощи и экспертизы.

3) Предложена технология анализа когнитивной активности человека в контексте помогающих взаимодействий.

4) Результаты исследования предлагается применять в деятельности образовательных учреждений (с системами проблемно-ориентированного и дистанционного обучения) для организации мероприятий по повышению квалификации, супервизии и оценки эффективности деятельности специалистов.

Положения, выносимые на защиту:

1. В ситуации плюрализма подходов в помогающих психологических пространствах полезно рефлексировать (оценивать), насколько аутентична практика, утверждающая идентичность (тождество).

2. Проверка практики на подлинность (аутентификация) опирается на принцип соответствия смыслов события. Смысловое соответствие эксплицируется посредством анализа рефлексивных данных участников помогающего психологического пространства. Рефлексивные данные являются достоверными данными для исследования реляционности психологических пространств, поскольку реляционность является условием существования, признаком и общим свойством исключительно объектов, обладающих способностью к рефлексии.

3. Метод оценки значимых событий позволяет аутентифицировать помогающие психологические пространства на материале процессов идентификации. Сопоставление идентичностей участников образовательного или помогающего события позволяет эксплицировать и смысл аутентичности

(критерий подлинности) опыта, организовывать темпорирование психологического пространства посредством рефлексивных форм.

Внедрение результатов исследования в практику. Результаты исследования внедрены в систему дистанционного обучения Института дистанционного образования Национального исследовательского Томского государственного университета (ИДО НИ ТГУ), в учебный процесс НИ ТГУ факультета психологии и в учебный процесс Частного учреждения дополнительного профессионального образования Сибирского центра повышения квалификации и переподготовки кадров («СИФЭП», г. Кемерово). На основании результатов диссертационного исследования были разработаны и внедрены в учебный процесс лекционные курсы и практические занятия по дисциплинам учебного плана: «Групповая супервизия профессионального и личностного роста», «Психология вовлеченности», «Практикум по психологии самоидентичности», «Психология одаренности, креативности и гениальности» «Феноменологический практикум». С использованием результатов исследования были разработаны программы повышения квалификации: «Психология инициативности, самобытности и эффективности. Воспитание творческой индивидуальности», «Психология самореализации и творческой самоидентичности», «Терапия творчеством: арт-практики в экзистенциальном консультировании», «Песочная терапия в экзистенциальном подходе». Результаты исследования были также использованы при разработке в ИДО НИ ТГУ массовых открытых онлайн-курсов: «Гениальность. Одаренность. Посредственность», «Genius. Talent. Golden Mediocrity», «Психология призвания», «Психология признания и самозанятости», которые размещены в открытом доступе на онлайн-платформах Курсера (Coursera), Лекториум, ТГУ, Национальной платформе открытого образования. Результаты исследования и процедура аутентификации помогающих психологических пространств находят широкое применение в практикующей деятельности психологов (г. Томск, г. Кемерово, г. Новокузнецк).

Публикации по теме диссертации. По теме диссертации опубликовано 12 печатных работ, из них 5 – в ведущих рецензируемых научных журналах и изданиях, определенных Высшей аттестационной комиссией. Две статьи опубликованы на английском языке: 1 статья – в издании, индексируемом Scopus, и 1 статья опубликована в издании, индексируемом Web of Science.

Апробация работы. Результаты исследования были представлены на научных конференциях: XIII Международная научно-практическая конференция-выставка «Развитие единой образовательной информационной среды: сетевые образовательные ресурсы и программы» (Томск, 2014); Всероссийская научная конференция, посвященная 95-летию со дня рождения Я.А. Пономарева «Творчество: наука, искусство, жизнь» (Москва, 2015); Всероссийская научная конференция, посвященная 60-летию со дня рождения В.Н. Дружинина, ИП РАН «Психология способностей: современное состояние и перспективы исследований» (Москва, 2015); XIV Международная научно-практическая конференция «Развитие единой образовательной информационной среды» (Томск, 2015); Международная конференция «HR-Тренд 2015: управление талантами и трансформация корпоративной культуры» (Томск, 2015); Международная научно-практическая конференция «МООК в контексте современного образования: на пути к цифровому университету» (Томск, 2017); Всероссийская научно-педагогическая конференция «Медицинское образование. Пути повышения качества» (Оренбург, 2017).

Структура и объем диссертации. Диссертационная работа состоит из введения, трех глав, заключения, списка литературы и приложений. Текст диссертации изложен на 198 страницах, сопровождается 12 таблицами и 32 рисунками. Список литературы включает 236 источников, в том числе 102 – на иностранных языках. Работа содержит 11 приложений.

1 Проблема аутентификации в контексте плюрализма психологических подходов

Проблема аутентификации связана с присущими нашему времени возможностями создания идентичностей. Психолог, психотерапевт, консультант, тренер, а в широком смысле любой человек, активно вмешивающийся в жизнь людей, в значительной мере сам создает свою профессиональную (социальную) идентичность, опираясь на подход, школу, метод, которым обучался или обучается, то есть – на трудно проверяемые в силу их масштабности, обобщенности, абстрактности или удаленности, идентификаторы. Сегодня существует много различных методологических и теоретико-практических подходов, претендующих на самодостаточность. При этом многие из них достойные, верные, продуктивные. Приверженность специалиста определенному подходу, с одной стороны, обеспечивает его определенность, поступательность развития, интегрированность в профессиональное сообщество, с другой, – искушает возможностью редукции многообразия и полноты жизни. Идентификация, то есть отождествление человека с некоторым аспектом жизни, требует проверки на подлинность и соответствие общему контексту деятельности. При этом подлинность обеспечивается не качеством (ценностью) идентичности, а основательностью идентичности. В контексте плюрализма подходов, аутентификация является самостоятельной и часто первичной процедурой доказательства полезности психологических действий. Аутентификация – это процедура проверки идентичности, подразумевающая экспликацию оснований идентичности. В отличие от соотношения идентификации и аутентификации в процедуре проверки пользователя в информационных системах, когда сначала происходит идентификация пользователя (предъявление логина), а потом подтверждение пользователем логина, что подразумевает присутствие человека идентифицированного с логином, в психологических практиках соотношение обратное. Идентичность человека психологически самодостаточна. Идентичность сама себя подтверждает. Поэтому психологическая аутентификация

подразумевает не «подтверждение логина», а предъявление основания. В общем, алгоритм психологической аутентификации можно выразить так: предъявление идентичности – предъявление оснований идентичности. В отличие от алгоритма информационной аутентификации: предъявление идентификатора (логина) – предъявление подтверждения прав владения идентификатором (пароля).

Помогающие психологические практики в современном мире – это особое пространство, подразумевающее не только деятельность, психологическую помощь в многообразии ее проявлений, но и доказательство подлинности, аутентичности происходящего. Основной особенностью помогающих пространств является их специфическая реляционность, то есть аспект взаимоотношений [39], который зачастую является и характерной особенностью и основанием. С.В. Уманский, исследуя пространство психотерапии, отмечает, что в процессе терапии необходимо обеспечить не управляемое извне состояние клиента, а самоуправляемое развитие, необходимо создавать условия направленности на самоорганизацию, «чтобы внутреннее развитие выводило пациента на идеальные структуры» [130, с. 249]. Сегодня общепринята идея, что участники как образовательного, так и помогающего процесса находятся в системе специфических отношений (к процессу терапии, обучения и, конечно, друг к другу), которые являются важнейшим фактором не только эффективности, но и действительности (подлинности) психотерапии и обучения.

В нашей работе мы предполагаем, что обновление, характерное для современного мира и как данность и как принцип организации жизни, требует не только идентификации интерактивных предметов, явлений и их характеристик, но и их аутентификации, причем, идентификация носит подчиненный по отношению к аутентификации характер. Иными словами, мы можем точно понять смысл происходящего перед нами только после того, как убедимся, что происходящее действительно существует, а не представляет собой форму заблуждения, проявляясь в самоописаниях, симуляциях, проекциях, фикциях. Процессуально аутентификация является проверкой на подлинность, а в системном отношении, то есть в реляционном аспекте, – это основание для идентификации.

Помогающие психологические практики сегодня не являются чем-то отдельным от академических, фундаментальных знаний (хотя иногда разделение и даже противостояние между наукой и практикой случается). Психологические практики свидетельствуют об общепсихологических процессах, тенденциях, закономерностях и являются предметом интерпретации проявлений общепсихологических соотношений и процессов. Изучение опыта трансформации личности в образовательных, терапевтических событиях показывает не столько перспективы совершенствования методов собственно психотерапии или обучения, понимание оснований опыта трансформации личности, сколько позволяет, как на модели видеть то, что является подлинным и то, что не вполне подлинно, аутентично в общепсихологическом, личностном масштабе.

На данном этапе развития наших представлений об идентичности изучение проблемы аутентификации необходимо проводить, уточняя контекст изменений, что в нашем случае означает уточнение контекста практики и опыта. Так же как сегодня необходимо всегда конкретизировать идентичность человека, поскольку выделяют разные по своему качеству идентичности одного и того же человека или объекта, аутентичность, то есть подлинность, тоже не бывает универсальной. Изучение аутентичности так же требует конкретизации и уточнения контекста, образовательного, помогающего, терапевтического, контекста, объединяющего различные методические и методологические подходы. Придерживаясь установок плюралистического подхода (М. Купер, Дж. МакЛеод), то есть принципа допущения возможности множества верных решений одной проблемы, необходимо в конкретном исследовании или описании констатировать смысл пространства, контекст, в соответствии с которым собирать и интерпретировать данные о степени и качестве подлинности, аутентичности осуществляемых событий.

В процессе идентификации человек устанавливает и «проверяет» соответствие своей личности социальным ожиданиям и своему личностному потенциалу. В процессе аутентификации проверяется, насколько экзистенция соответствует основаниям, возможностям, действительности, подлинности.

Соотношение идентификации и аутентификации можно сформулировать так: идентификация – это соответствие индивидуума бытию, аутентификация – соответствие бытия присутствию. Иными словами, в каждом конкретном случае или пространстве, в которое входит человек, необходимо выявлять и прояснять соотношение ожиданий с действительностью, мнимого (подразумеваемого) с реальностью. Соответствие этих аспектов опыта становления человека реализует транстемпоральную природу открытых психологических систем [55, 56, 58–61, 121, 175]. В отношении понятия «реальность» мы опираемся на понимание феномена, предложенного А. Конт-Спонвиль, определяющего «реальное» как «совокупность вещей (res) и событий, известных и неизвестных, продолжительных и эфемерных, но существующих в настоящем времени; совокупность всего, что продолжает быть и происходит» [63]. Мы разделяем мнение А.Е. Алексейчика, который в разговоре о реальности отмечает, что нереальность (мнимость) является «одной из основных причин нездоровья современного человека, особенно душевного» [115, с. 64–65]. Очень часто люди «основываются» на том, что читали, видели, слышали, оставаясь при этом «на плоскости» одного или двух душевных процессов и в одном времени, чаще всего – прошлом, сужая многомерность жизни [115, с. 65]. Одной из значимых задач психотерапии А.Е. Алексейчик видит в погружении человека во всю многомерность жизни, в действительность, выбирая при этом наиболее реальный, перспективный для пациента процесс, то есть, аутентифицируя пространство (практику), цели и задачи клиента и терапевта на терапию.

1.1 Проблема аутентификации в контексте плюрализма помогающих психологических пространств

Проблема плюрализма и риск аутичности (закрытости, замкнутости на самого себя). На современном этапе развития психологической науки зарубежными исследователями активно развивается плюралистический подход как методологический принцип в практической психологии, психотерапии и в организации психологических исследований. Под плюралистическим принципом

[154] понимается признание множественности вероятных и целесообразных ответов на один и тот же вопрос. Данный подход методологически комплементарен системно-антропологическому подходу отечественной психологии (В.Е. Ключко, Э.В. Галажинский, О.М. Краснорядцева, О.В. Лукьянов), предполагающему, что в основе психических процессов лежат базовые соответствия, проявляющиеся в способности отдельного индивидуума обнаруживать свое в другом. И там, где есть соответствие, будет и взаимодействие [56, с. 334]. Поэтому, осуществляя феноменологическую редукцию по отношению к опыту взаимодействия, мы эксплицируем базовые соответствия.

До недавнего времени в общей психологии проблема плюрализма имела несколько иное более размытое содержание, подразумевая многообразие взглядов, теоретических школ, претендующих на уникальность и универсальность, на первенство в описании и объяснении феноменов. В частности, это проявилось проблемой определения предмета психологии (до сих пор дискуссионной) и множественностью методологических подходов и школ. Начиная с 1930-х годов, написано и издано множество фундаментальных работ по психологии личности, стремящихся ответить на вопрос что такое личность, предложить инструментарий изучения структуры и свойств личности, психики. Каждая отдельная школа, основываясь на определенной методологии, стремится по-своему определить содержание личности, предложить свою стратегию к изучению личности и ее особенностей. Не смотря на то, что проблему плюрализма подходов в психологии в некоторые периоды пытались игнорировать, например, в отечественной психологии в 30-е – 50-е годы двадцатого века «плюралистические и эклектические тенденции» [75, с. 59] критиковались и существовала политическая установка на разработку единой общепсихологической теории [30], ни в российской, ни в мировой современной науке по сей день нет единого понимания, что же такое личность, чем обусловлено ее развитие и становление, какова ее структура и регулирующие механизмы [10, 111]. Понятие «личность» имеет очень широкую историю

вхождения в пространство языка и богатую этимологию (А.Ф. Лосев, А.В. Толстых, В.В. Виноградов), но не снимает сложности проблемы изучения идентификации и аутентификации (Т.В. Слотина, С.Л. Рубинштейн, А.Г. Асмолов, Б.С. Братусь, К.Н. Корнилов, Б.Г. Ананьев, Б.Ф. Ломов, К.А. Абульханова-Славская, А.Н. Леонтьев и др.). Стремление ученых прийти к единой теории личности не увенчалось успехом. Современная постнеклассическая парадигма позволяет рассматривать проблему личности и психики на новом уровне целостности, принимая во внимание свойства усложнения, самоорганизации, открытости жизни, многообразие и множественность проявлений базовых соответствий. Иными словами, основываясь на принципах плюрализма.

Современная «многомерность феноменологии личности» превратила эмпирическую сферу изучения личности в «камень преткновения и арену самых оживленных дискуссий» [10, с. 37]. Проблемы, порожденные многообразием подходов, не теряют своей актуальности и продолжают обсуждаться на международном уровне [108, 154, 214] и освещаются в публикациях ведущих специалистов (В.Е. Клочко, А.Г. Асмолов, О.В. Лукьянов, Э.В. Галажинский, Н.И. Мешков, И.А. Мироненко). При этом по-прежнему бывает, что отдельный исследовательский подход (точнее его приверженцы) претендует на универсальное описание и объяснение всех аспектов жизни человека, создавая в рамках своего дискурса модели личности, и предлагая специфические исследовательские методы и процедуры, органичные для данного подхода, но не соответствующие другим подходам, усугубляя, таким образом, исследовательскую аутичность (закрытость и неприятие иного), что выражается в феномене «школизма» (установке на усиление своей школы, а не на исследование действительности).

Изучение проблемы идентичности в психологии так же свидетельствует о проявлениях аутичности, самозакрытости в психологии. На данный момент учеными выдвигаются множество дефиниций термина и неоднозначных истолкований, порой противоречащих друг другу (О.В. Лукьянов,

О.И. Муравьева, Г.М. Андреева, З. Бауман, Е.П. Белинская, Э. Гидденс, Л.Ф. Косенчук, Э. Тоффлер, А. Тэшфел, П. Штомпка, П.Н. Шихирев, А.В. Юревич, Н.В. Власова, В.А. Ядов и др.). Е.П. Белинская в своих исследованиях отмечает, что «само понятие идентичности за последние 30–40 лет наполнилось весьма разным содержанием. Это произошло не только в силу его все большей «принадлежности» к разным областям гуманитарного знания, но и – прежде всего – в силу внимания исследователей к различным частным аспектам процесса социальной идентификации (гендерному, профессиональному, этническому, религиозному и т.д.)» [15]. Исследователь также обращает внимание на тот факт, что в психологии расширение понятия сопровождается все большим включением его в круг других психологических концептов, среди которых лидирующие: мотивация, смыслы, переживания [15].

Плюрализм в практической психологии. В сфере практической психологии появление консультирования и психотерапии в середине двадцатого века ассоциировалось с распространением различных и конкурирующих между собой терапевтических подходов. Исследователи-практики (Р.М. Товмасян, М. Купер, Э. Дорцен, Р. Эллиотт, Л. Тимулак, Э. Спинелли, В.С. Ватсон и др.) актуализируют проблему многообразия теоретических подходов в психологии. Отсутствие единства в трактовках важных понятий в работе психолога ставит перед специалистом очень сложную задачу: какому из альтернативных подходов отдать предпочтение, какие методики считать наиболее надежными и эффективными, что в сочетании с тенденцией аутификации создает проблему тотального недоверия или наивного доверия. Развитие психологии в формате развития «школ» несет в себе опасность непродуктивного «школизма», доминирования не столько определенных техник, моделей работы, сколько попыток отстаивания своей правоты, что приводит к отдалению от оснований и уходу от поисков тех способов помощи, которые были бы наиболее подходящими для актуальной ситуации, группы или человека.

История симультанного развития различных теорий личности и парадигмальный сдвиг, обративший внимание на «многомерность» человека

сделали неизбежным допущение о множественности вероятных и целесообразных ответов на один вопрос. В настоящее время, под плюрализмом понимают признание валидности множественных ответов на один и тот же вопрос [154, 214], даже в случае расхождения в мировоззренческих и методологических основаниях. Понятие плюрализма открывает концептуальное пространство, в котором все психологические теории (а так же идеи из социологии, психологии, антропологии и других дисциплин) могут сосуществовать, дополняя и обогащая друг друга.

В таком понимании плюрализм подразумевает приверженность к сильным моральным и этическим установкам в отношении реляционных ценностей и диалога между людьми – предпочтение отдается живому любопытству и интересу, а не сухой толерантности. Плюралистически ориентированная концепция представляет собой форму теоретической интеграции, которая не выстроена вокруг определенного набора психологических понятий, но основана на философском и этическом признании ценности многообразия. Данный подход находит поддержку в плюралистическом философском мировоззрении, и уходит корнями в экзистенциально-гуманистическую традицию эмпатийного принятия Другого. Также данный подход соответствует принципам постнеклассического системно-антропологического подхода, признавая жизнь человека в ее многогранном, многонаправленном и многомерном осуществлении (В.Е. Ключко, Э.В. Галажинский, О.М. Краснорядцева, О.В. Лукьянов).

Плюралистическая психотерапия, разработанная М. Купер и Дж. МакЛеод [154, 202], является попыткой создать структуру психотерапии, которая позволила бы преодолеть некоторые ограничения, вызванные разнообразием методов и, опираясь на самые ценные и действенные принципы, перейти к открытой позиции по отношению к различным методам и идеям психотерапевтических школ. Плюралистический подход – это не одна терапевтическая практика, а совокупность принципов и мета-стратегий, которые могут использоваться терапевтами, практикующими в самых разнообразных подходах.

Плюралистический подход в образовании. В настоящее время образовательный процесс претерпевает этап глубоких фундаментальных преобразований, направленных на обеспечение цивилизационных вызовов XXI века. В современных условиях наблюдаются тенденции к возрастающей мобильности обучающихся и преподавателей, многовариантности процесса обучения, многоуровневости, индивидуализации, непрерывности, информатизации обучающего процесса (И.Т. Кавецкий, Т.Л. Рыжковская, И.А. Коверзнева, В.Г. Игнатович, Н.А. Лобан, С.В. Старовойтова, Н.В. Деларю, В.Б. Мандриков, Т.Е. Заячникова). Системы дистанционного обучения в формате онлайн курсов, электронных семинаров, использования ресурсов Интернет активно внедряются на разных этапах в образовательные программы, а также предлагаются в открытом доступе для постоянного самообразования человека, которому необходимо ориентироваться в быстро меняющихся условиях жизни современного общества. В этой связи возникает ряд проблем, связанных с контролем знаний, сформированных компетенций, с изучением результативности, полезности и эффективности обучения, особенно в формате онлайн. Плюралистический подход как психологическое основание для изучения образовательных практик, претерпевающих существенные изменения в условиях внедрения в образование цифровых технологий и геймификации [27, 29, 35, 93, 95], позволяет исследовать образовательное пространство, выдвигать гипотезы, соответствующие контексту, и находить решения, основываясь на анализе случаев.

1.2 Плюралистический подход и проблема рефлексии

Плюралистическое консультирование и психотерапия (М. Купер, Дж. МакЛеод) были разработаны в начале двадцать первого века и отражают некоторые особенности развития культуры современной эпохи, принимая во внимание развивающуюся тенденцию всеинформированности потребителей в сфере помощи, здоровья и образования. Интернет, социальные сети и средства массовой информации позволяют потребителям самостоятельно прояснять и

формулировать запросы, искать более подходящие и соответствующие пространства для их разрешения. Однако такой поиск не гарантирует полного соответствия ожиданий и действительности. В этой связи в плюралистическом консультировании актуализируется значимость рефлексии и саморефлексии участников терапевтического процесса – клиента и терапевта. В структуре плюралистического подхода рефлексивным описаниям уделено особое внимание и время, включая рефлексиию целей на терапию, рефлексиию эффективности (значимости, полезности) процесса, рефлексиию на предмет обновления, достижения целей, рефлексиию личной активности в процессе.

Рефлексиия участников играют особую роль, поскольку согласно авторам подхода мнения терапевта и клиента с самого начала задают направление для терапевтической работы [154, 202]. Клиент является активным участником терапевтического процесса, способным принимать ответственность на себя за жизненные выборы, и может использовать любые доступные им средства и ресурсы, чтобы строить жизнь так, как он считает нужным [139]. В ответ на потребности своего клиента, плюралистически ориентированный терапевт должен обладать прочными основаниями и мастерством консультирования (психотерапии), быть способным к конструктивной рефлексии, уметь критически переосмысливать подходы и эффекты терапии, а также иметь более глубокую профессиональную подготовку, по крайней мере, в одном направлении (например, экзистенциальном или когнитивном). Не предполагается, что плюралистические терапевты всезнающи, но они открыты и проявляют интерес к различным идеям и методам терапии, готовые к постоянному обучению, и способны использовать идеи и методы из разных терапевтических подходов в своей практике.

В сердцевине плюралистического подхода для психотерапии – специфические терапевтические отношения (реляционность), построенные на взаимной ответственности и сотрудничестве. Существует множество способов, благодаря которым терапевты и клиенты могут построить такие отношения. Плюралистический подход здесь особенно подчеркивает использование

обсуждений и метакоммуникацию в отношении целей, задач и методов терапии, то есть – рефлексию событий в контексте отношений.

Известно, что существует многообразие исходных точек зрения и взглядов на феномен рефлексии как детерминирующего свойства сознания. Психологической науке приходится обращаться к этому явлению снова и снова. Это одно из тех понятий, которое в современной психологии оценивается неоднозначно и даже противоречиво отечественными учеными (труды К.С. Абульхановой-Славской, Г.М. Андреевой, А.Г. Асмолова, А.В. Брушлинского, Ф.Е. Василюка, Е.Н. Емельянова, В.В. Знакова, Д.А. Леонтьева, И.Н. Семенова, В.И. Слободчикова, С.Ю. Степанова, А.В. Россохина, Г.П. Щедровицкого) и зарубежными исследователями [142, 145, 176, 191, 192, 207]. Анализ теоретико-аналитических обзоров на предмет рефлексии [43, 72, 119, 120, 200, 235] показывает, что существуют различные традиции описания рефлексии как процесса, как свойства сознания, как характеристики мышления, как способности. В отечественной психологии исторически рефлексию рассматривали в следующих контекстах: в контексте общей проблематики (В.К. Зарецкий, В.П. Зинченко, В.А. Петровский, Я.А. Пономарев и др.), социальной (Г.М. Андреева, Л.А. Петровская, К.Е. Данилов), педагогической (Г.И. Давыдова, В.М. Дюков, В.В. Рубцов, А.В. Захарова, М.Э. Боцманова), возрастной (А.З. Зак, Ю.Н. Кулюткин, В.И. Слободчиков, Г.И. Сухобская) проблематики.

Проведенный В.Ю. Дударевой масштабный анализ массива современных англоязычных исследований по феноменологии рефлексии [45] позволил дифференцировать ряд основных направлений ее психологического изучения в зарубежной психологии. Рефлексия рассматривается как: 1) индивидуальное свойство – склонность к самоанализу; 2) индивидуальная способность к построению когнитивных схем более высокого порядка – метакогнитивизм; 3) способ обобщать опыт и представления – представление о психическом; 4) свойство сознания.

В нашем исследовании мы опираемся на понимание рефлексии как одного из детерминаторов организации творческого мышления, который включен в механизм возникновения психологических новообразований, в том числе в процесс «вписывания» новых смыслов и ценностей в образ мира [61, 66]. Высокий уровень развития рефлексии проявляется в перестройке поведения и деятельности, смыслообразовании и перестройке смыслов, поиске вариативных способов решения конкретных проблем и задач, особенно поставленных до включения в творческий акт психотерапии или образования. Понимаемая в таком ключе рефлексия, «обеспечивает открытость человека самому себе, новому опыту, другому человеку, и, тем самым, создает необходимые предпосылки для превращения физического пространства человеческого бытия в пространство возможностей» [66, с. 57], что особенно актуально в случае вхождения человека в психотерапевтическое пространство и пространство самообразования, в частности в формате онлайн курсов.

В настоящее время проводятся большое количество психологических исследований, направленных на изучение значимости рефлексивных практик в условиях помогающего и образовательного процесса [66, 161, 194, 200]. Помимо развития профессиональных компетенций, благодаря рефлексивной фиксации таковых, развиваются также надпрофессиональные личностные компетенции, такие как: умение управлять собой, информацией, умения в межличностном общении, самопрезентации, а также в аутентичном оценивании своего личного опыта и результатов. «Реализация рефлексивных возможностей в конкретных ситуациях означает выход за пределы этой ситуации, самостоятельный анализ и принятие собственных решений, что означает устойчивость самоидентификации, рост резистентности по отношению к внешним воздействиям манипулятивного плана» [66, с. 57].

В современной психологии рефлексия как психологический феномен участвует в перестройке ценностно-смысловых составляющих образа мира человека. Рефлексия является не ситуативным моментом деятельности, мышления или общения, а одним из условий самоорганизации человека как развивающейся

гетеростазической психологической системы. О.М. Краснорядцева отмечает, что «рефлексия направлена на постижение смыслов и ценностей предметов, входящих в многомерный мир человека, и открытие в них самого себя, своих истинных потребностей и возможностей, своих истинных мотивов» [66, с. 57]. Рефлексия позволяет человеку представлять связи предметного мира и «свою продолженность в этих предметах» [66, с. 57].

На этом основании рефлексивные данные следует считать хорошим, адекватным материалом в эмпирических исследованиях процессов идентификации и аутентификации.

Структура консультационного и образовательного процесса в плюралистическом подходе. В данной работе, реализуемой в рамках общей психологии, психологии личности, мы не занимаемся разработкой новых вариантов психотерапии. Мы рассматриваем терапевтические концепции, терапевтический опыт и проблемы терапии как один из специфических контекстов, позволяющих выявить общепсихологические закономерности в отношении аутентификации. Именно поэтому нам необходимо описание, как общепсихологического контекста психотерапии, так и специфических контекстов, в которых мы проводили эмпирическое исследование.

Как уже было отмечено ранее, в плюралистическом подходе рефлексия и саморефлексия приобретают особое значение. В сфере психологического консультирования на каждом этапе психотерапии используются рефлексивные формы, заполняемые как клиентом, так и терапевтом. В процессе работы, на основании данных, полученных с помощью рефлексивных форм, терапевтом составляются процессуальные карты, которые могут способствовать описанию психотерапии как пространства жизни в модусах отношений, и психотерапии как процесса формирования специфических отношений в противовес эскалации изолированности, то есть – отсутствия связей, возникающих при неточном и недостаточном понимании реляционности и необоснованной активности.

В целях избегания хаотичного, бессистемного сочетания теорий и практик при охвате многочисленных методов, авторы плюралистического подхода

сформировали структуру, на которую можно опираться при размышлении о терапии, в процессе терапевтической работы, а также при оценке ее эффективности. Остановимся на структуре чуть более подробно, опираясь на труды основателей подхода [150, 154, 202].

Психотерапевтическая работа начинается с этапа прояснения или формулирования клиентом своих целей и задач на терапию. Разговор о том, может ли клиент четко сформулировать цели или только имеет о них смутное представление, будет служить постоянной ориентирной точкой во время терапевтической работы. На данном этапе терапевт приглашает клиента исследовать проблемные темы, которые, возможно, клиент захочет проработать, а также методы и способы, которые, по мнению клиента, будут для него наиболее эффективными. После того, как терапевтический процесс начался, терапевт продумывает, какие методы и возможности использовать для работы, в зависимости от своей подготовки, от конкретных потребностей и предпочтений клиента, но процесс обратной связи никогда не прекращается, поскольку одним из главных положений плюралистического подхода заключается в том, что различные клиенты нуждаются в различных терапевтических методах на разных этапах терапии. В этой связи в процессе регулярно обсуждаются методы работы, и принимаются решения о способах движения вперед.

Итак, в центре внимания не диагноз клиента, не оценка его поведения или личные убеждения терапевта о том, что является эффективным в терапии, но сформулированные клиентом цели на терапию. Цели закладывают основу для постановки задач на терапию, которые клиент и терапевт совместно обсуждают (подразумеваются стратегии терапевтической работы), и из задач формируются специфические методы (например, конкретные действия, которые клиент будет предпринимать – тактика работы). Здесь нужно обратить внимание на использование термина «задачи». Он используется для обозначения терапевтических стратегий на макро-уровне, в то время как термин «методы» определяет фактический, конкретный уровень, «помоментные» действия.

Взаимопроникающие сферы целей, задач и методов (а также суб-сферы жизненные цели/задачи на терапию и деятельность клиента/деятельность терапевта) могут являться основными ориентирами и составляющими структуры терапевтического процесса (Рисунок 1).



Рисунок 1 – Концептуальная структура терапевтического процесса в плюралистическом подходе

Эта структура предлагает создать основу для совместного диалога о том, что будет происходить в терапии. Каждый ключевой момент в структуре (цели, задачи, методы) предоставляет тему для обсуждения, размышления, рефлексии и совместного принятия решения в пользу того или иного выбора клиентом и терапевтом.

Для авторов подхода [154] значение этого процесса заключается в том, что определенные ориентиры для рефлексии процесса терапии не ограничивают цели, методы, задачи или соотношение между ними. В рефлексивном процессе учитывается возможность наличия нескольких целей на терапию и выбора средств достижения целей. Например, в личной терапии клиент Д., достигая свою терапевтическую цель улучшить взаимоотношения с людьми, сосредоточив внимание на изменении своего поведения (когнитивно-бихевиаральная задача), он также открыт к иному способу достижения этой цели – попытаться разобраться в своих прежних отношениях с родителями, что является задачей психодинамической терапии (Рисунок 2). И даже если для Д. выполнение этой задачи может быть очень благоприятным для терапевтических изменений, другой клиент может обнаружить, что для него полезней было бы сосредоточиться на чувствах здесь-и-теперь при взаимодействии с терапевтом (задача гуманистически ориентированного подхода). В этом отношении, структура плюралистической терапии создает «пространство», в котором методы и теории

из всего многообразия терапевтических направлений, могут быть объединены и идентифицированы и преобразованы в подлинное, аутентичное взаимодействие.



Рисунок 2 – Цели, задачи и методы клиента Д.

В образовательном пространстве мы предлагаем сохранить основную логику данной структуры, уточняя смыслы входа участника в образовательный процесс (цели), соответствие ожиданий от программы с реальностью (аутентификация), создание пространства диалога с преподавателем курса, модератором, на предмет уточнения наиболее подходящих методов, а также исследование личной самоэффективности на основании рефлексивных описаний.

Рефлексия целей как отправная точка. Как мы уже отмечали, в плюралистическом подходе цели клиента являются основной отправной точкой для терапии. Данная позиция отражает философские основы гуманистического подхода, который подчеркивает значимость действий клиента, его сильные стороны и способность быть активным субъектом в терапевтическом процессе. Цели могут быть определены как прогнозируемые, предполагаемые изменения, которых намерен достичь клиент, и могут быть представлены в иерархии: от высших жизненных смыслов к самым конкретным, ситуативным целям. Клиенты могут иметь несколько целей на терапию, что зачастую связано с межличностными вопросами, конкретными проблемами и симптомами. В контексте плюралистического подхода границы процесса определяются

ожиданиями, поэтому важно на крайних стадиях процесса прояснять ожидания клиентов на терапию.

Психологическая помощь (психотерапия) многообразна по своему содержанию, но нас она интересует как практика трансформации личности. Поэтому, «вынося за скобки» содержательные аспекты, мы большее значение придаем взаимоотношениям терапевта и клиента. В терапии клиент и терапевт находятся в специфических отношениях друг к другу и к процессу терапии. Реляционность, характерная для психотерапии, обусловлена множеством ракурсов вовлеченности человека в соответствии присутствия и бытия, то есть в пространство идентификации и аутентификации. Терапевтические отношения имеют сложную структуру модальностей и оснований, включающую аспекты индивидуальности, ситуативности, профессиональной подготовки, среды, пространственности, открытости, совместности, напряженности, доверия, интенсивности и т.д. [6, 65, 79, 81, 89, 102, 128, 131, 135, 160, 186, 188, 202]. Реляционность и соотношение целей клиента и терапевта в структуре терапевтического процесса играют важную роль. Необходима рефлексия отношений к целям и ожиданиям в терапии, так как она может способствовать более точному пониманию терапевтического процесса (его оживлению и эффективности), а также необходима регулярная аутентификация целей, поскольку в процессе терапии цели и отношения к целям могут меняться.

По результатам исследований [81,125, 135, 154, 170, 186, 190, 196, 201, 232] рефлексия отношений к целям в терапии способствует более точному пониманию терапевтического процесса (его оживлению). Благодаря фиксированию и оценке своих целей, клиент лучше распознает и понимает свои эмоции и психологические процессы, чувствует себя более уверенным и способным принимать решения [81, 125, 146, 147]. Сама постановка задания сформулировать цели является терапевтической и способствует более четкому пониманию этих целей, проблем и жизненных ситуаций. По мере укрепления отношений между терапевтом и клиентами, терапевтическая жизнь приобретает более богатое в духовном плане и более вариативное в ситуационном отношении содержание. Это

способствует более полному погружению клиента в терапевтический процесс и в собственную жизнь, которые психологически сближаются (формируется связанность), и наращиванию потенциала «выздоровления».

Рефлексия эффективности и значимости метода. Дискуссии об основаниях и критериях эффективности терапевтического процесса ведутся со времен появления психотерапии, и их актуальность нарастает по мере того, как психотерапия все в большей степени становится профессиональной, системной, принципиально определенной, наблюдаемой.

Методы представляют собой способы разрешения терапевтических задач. Эффективность метода оценивается не только тем, насколько верно та или иная техника были осуществлены, но насколько они способствовали терапевтическим изменениям в жизни клиента, по его субъективным оценкам. Важно отслеживать выполнение клиентом заданий, наблюдать за изменениями в поведении. Однако трудно предсказать, когда наступит эффект от применяемого метода. Здесь важно учитывать временные факторы терапии, хотя не исключены «внезапные изменения к лучшему» [162, 226].

В процессе мониторинга, по мнению авторов и приверженцев плюралистического подхода [140, 150, 152, 154, 204, 214], следует также учитывать интенсивность работы – силу, с которой метод реализуется клиентом и терапевтом. Не смотря на изначальную договоренность об интенсивности, в ходе работы она может меняться – может ощущаться клиентами как недостаточная или чрезмерная. Проблема интенсивности метода возникает при всех способах терапии. Но эффективность метода будет зависеть от культуры обратной связи, созданной в терапевтических отношениях между клиентом и терапевтом, что позволит прояснять сложные моменты и определять наиболее эффективные способы терапии.

Проблеме эффективности терапии, помогающих явлений или значимых событий, посвящены многочисленные исследования зарубежных ученых [138, 140, 147, 150, 164, 166, 168, 183, 189, 204, 215, 216]. Исследования значимых событий – это тип исследования психотерапевтического процесса, целью

которого является определение и подтверждение (доказательство) важных помогающих или мешающих событий/явлений/действий в терапевтическом процессе главным образом с точки зрения клиента. Поскольку взгляды клиентов и терапевтов на то, что является значимым в терапии, отличаются [171, 230], принимает значимость сбор рефлексивных описаний клиентов и терапевтов о ходе терапии и их феноменологический анализ.

Концепция плюралистической терапии и метод анализа значимых событий подразумевает разделение явлений на помогающие действия клиентов и помогающие действия терапевтов [154, 184]. В таком случае, процедурно оказывается возможным соотношение смыслов активности терапевтов и клиентов, избегая избыточного утверждения значимости психологического подхода («школизма») и допущения аспектов тех подходов, с которыми терапевт себя не идентифицирует, или от которых в значительной степени дистанцирован. Такой анализ позволяет понимать микроуровень действий (активностей), благоприятных или неблагоприятных для терапии. Цель разделения событий на помогающие действия клиентов и помогающие действия терапевтов – разработать систему более детального понимания многообразия способов, в которых могут происходить терапевтические изменения, а также создать систему, в которой активный вклад клиента в процесс изменений [137, 139, 212, 213] может выходить на первый план внимания и анализа.

1.3 Аутентификация психологических пространств

В общей психологии в прошлом столетии стало широко использоваться понятие психологического пространства [25]. В практической психологии в настоящее время наблюдается тенденция к созданию терапевтических, образовательных, творческих, социотерапевтических пространств, направленно, контролируемо, инициативно открытых для идентификации, самоопределения, оздоровления, обновления, обучения, творческого развития. Мы предполагаем, что основную цель этих пространств можно обобщенно представить как движение по пути аутентификации: формирование идентичности – на основании

сформированной идентичности порождение мотивации, направленной на обновление, исцеление, обучение – на основании мотивации формирование поведения – на основании повторяющегося, легализованного поведения достижение нового качества жизни. Ввиду того, что психологических пространств такой направленности создается много, проблемы связанные с их основаниями, способами организации, эффективностью, содержанием, требуют особого внимания и исследования. В этой связи, аутентификация помогающих психологических пространств формирования идентичности, приобретает особое значение, поскольку при входе в пространство недостаточно идентифицироваться и стать его частью, необходимо также подтвердить, легитимизировать свою идентификацию [77]. Идентичность в таком случае свидетельствует о качестве аутентификации, поскольку легитимизация идентичности может происходить и неаутентично. Наши исследования показывают, что проверка на подлинность в конкретном контексте практически всегда дает основания для коррекции и пересмотра представлений, обозначенных на уровне здравого смысла.

Проблематика психологических пространств в психологии. В психологии проблематика психологического пространства рассматривалась с разных методологических позиций. Изучение этой проблемы сопровождалось введением в науку таких понятий как «смысловое поле» у Л.С. Выготского, «жизненное пространство» у К. Левина, «трансубъективное пространство» у Д.Н. Узнадзе. В работах Л. Бинсвангера и Ф.Е. Василюка мы встречаем понятие «жизненный мир», существенно отличающиеся по своему содержанию у разных авторов, «личностное пространство» – у К. Ясперса. Позже в психологии появились «многомерный мир» (А.Н. Леонтьев) и «многомерное пространство жизни» (В.Е. Клочко).

Зародившись в субъектно-средовом подходе к пониманию человека и пространства, до сих пор существует идея о том, что человек живет в психологическом пространстве, представляющем собой субъективно значимый фрагмент его бытия, и определяющем актуальную деятельность и стратегию его жизни (С.К. Нартова-Бочавер, В.В. Бойко, А.У. Хараш, А.Ш. Тхостов).

Признается тот факт, что человек существует в витальном, функционально-ролевом и духовном пространстве (О.И. Муравьева) межличностного взаимодействия.

Методологические позиции в отношении исследований психологического пространства человека, сферы его взаимодействия с миром так же претерпевали изменения. С именем Курта Левина связан неклассический прорыв в исследовании среды, с которой взаимодействует человек [48]. Вводя понятие «жизненное пространство», он обозначал, что это пространство состоит из человека – действующего субъекта – и психологической окружающей среды. Причем отмечалось, что среда существует для человека. Левин своими исследованиями сумел показать сложную пространственную структуру реальности, которую исследовал, ее многослойность: действие субъекта может разворачиваться в разных слоях, переходя из одного в другой (например, из слоя объективной реальности в слой воображения или фантазии). Согласно Т.В. Левковой «жизненное пространство» субъекта не растянуто во времени, подобно плану его «рационального сознания», оно всегда «здесь и теперь» и в то же время в потенции содержит в себе прошлое и будущее [69]. Б.В. Зейгарник пишет, что «жизненное пространство» является емким понятием, включающим в себя психологическое поле, т.е. целостность существующих, зависящих друг от друга психологических факторов и личность в ее динамической структуре [48].

В настоящее время в психотерапевтических пространствах идеи К. Левина не потеряли своей значимости. К. Левин предлагал учитывать все реальные факты в исследовании жизненного пространства, где «реальное» означает то, что имеет последствия, независимо осознано это или нет. Все физические или социальные факты могут включаться в жизненное пространство, по мере того, как они воздействуют на человека и его состояние в данный момент. Б.В. Зейгарник делает предположение о том, что понятие «жизненное пространство» К. Левин ввел в психологию для того, чтобы показать, что истинной средой обитания личности является не физическая реальность и не социальная среда, а лишь те их фрагменты, которые отражены в сознании человека, и на которых основывается

его поведение [48]. Содержание этого термина включает в себя все множество реальных и нереальных, актуальных, прошлых и будущих событий, которые находятся в психологическом пространстве индивида в данный момент времени. Это могут быть ожидания, цели, образы притягательных (или отталкивающих) объектов, реальные или воображаемые преграды на пути достижения желаемого, деятельность человека и т. д. А сама личность рассматривается как сложное энергетическое поле, мотивируемое психологическими силами и ведущее себя избирательно и креативно.

Позже в работах Левина понятие «жизненное пространство» дополнено категорией «временной перспективы». Левин подчеркивал тот факт, что «психологическое поле, существующее в данный момент, включает в себя представление о своем прошлом и будущем» [48, с. 60]. Когда человек воспринимает, переживает свое теперешнее положение, то оно (переживание, восприятие) неминуемо связано с его ожиданиями, желаниями, представлениями о будущем и прошлом. Фундаментальной характеристикой реальности, по Левину, является ее временная кумулятивность. Жизненное пространство субъекта не растянуто во времени, подобно плану его «рационального сознания», оно всегда «здесь и теперь» и в то же время содержит в себе прошлое и будущее.

Идеи В.И. Вернадского [33, 34] послужили толчком для перехода от «организменного уровня анализа биологических свойств человека к изучению человека в популяционно-видовом, биоценоотическом и биосферном типах организации жизни, а социальных качеств человека – в системе ноосферы, т.е. созданной деятельностью творческой мысли человечества сфере разума» [10, с. 81]. В.И. Вернадский видел человека в контексте разных систем (уровней) – физических, биологических и социальных, а также в сочетании с анализом исторического ракурса [12, 46, 47]. В.И. Вернадский пишет, что с возникновением человеческого общества сформировалось социальное время и пространство, которое вписывается в пространственно-временные структуры неорганической и органической материи [33, 34]. Социальное пространство и социальное время есть форма бытия социальной материи, т.е. общества, представляющего собой продукт

взаимодействия людей. Социальная пространственно-временная организация общества характеризуется протяженностью (территорией) и местом (локальная структура, созданная и освоенная группой людей). Социальное пространство – это, прежде всего, пространство, в котором живет и действует человек, организованный в различные социальные формы. Для человека пространство в первую очередь ассоциируется с территорией, на которой он проживает, которую осваивает, делает своей. Социальное пространство вписано в систему биосферы и космоса, но, в отличие от физического пространства, обладает особым человеческим смыслом, в нем возникает и развивается особый вид пространственных отношений, в котором воспроизводится и развивается человек как общественное существо. В отличие от геометрического пространства, социальное пространство неоднородно. Социальное время В.И. Вернадского характеризуется длительностью, последовательностью и становлением различных элементов, сторон, явлений общественной жизни [10, 12, 33, 34, 46, 47]. Социальное время не является некой самодовлеющей субстанцией общества, а выражает специфику конкретной социальной системы. Оно измеряется практикой, которая протекает с разной интенсивностью. Небывалое ускорение темпов социального времени поставило на повестку дня вопрос о нравственной ценности времени индивидуального бытия человека. Индивидуальное бытие человека неповторимо, и время его жизни по большому счету не может и не должно быть отдано в жертву социальному бытию в целом [33, 34].

Постнеклассическая психология позволяет рассматривать «пространство» изнутри явлений, а не со стороны, как оно предлагалось с классической и неклассической позиций. В теории самоорганизующихся психологических систем (Э.В. Галажинский, В.Е. Ключко, О.М. Краснорядцева, О.В. Лукьянов, О.И. Муравьева), транссубъективное (многомерное) пространство человека является основанием его многомерного бытия, выступая в качестве онтологического основания жизни. Постнеклассический подход исследует человека как сложную открытую самоорганизующуюся систему, проявляющую свою открытость во взаимодействии с окружающим миром. Очевидно, что

взаимодействие является общим принципом функционирования психологического пространства.

Педагогика А.С. Макаренко как организующий принцип социотерапевтических пространств. В социотерапевтических практиках [51, 53, 90, 197] продолжают свое развитие идеи А.С. Макаренко в отношении организации воспитательных пространств на принципе взаимного действия, совместности, сотворчества повседневности, в отношении которых могут наблюдаться дефициты. В социотерапии не осуществляется терапия отдельного человека в его изолированности, а создаются условия для совместного труда человека на личную пользу и пользу всей группы.

А.С. Макаренко создал концепцию «сильной», «ответственной», одухотворенной педагогики, «созидающей личность» в направлении будущего как главного вектора ее полноценного развития [11, 113]. Воспитательную систему А.С. Макаренко видел живой, открытой системой, реагирующей на изменение и развитие внутренних и внешних условий ее действия. Системно-процессуальный подход лег в основание теории и практики А.С. Макаренко и послужил развитию механизма «системы перспективных линий коллектива и личности» [113]. Коллектив и личность неразрывно связаны с перспективами развития общества, мира и человека. Эта система построена на сочетании, взаимопроникновении и развитии пространственного и временного аспектов по всем направлениям воспитательного процесса. А.С. Макаренко рассматривает перспективу ближнюю (несколько дней, недель), среднюю (несколько месяцев) и дальнюю (год и более) [62, 107, 123]. Фактор пространства развивается по линии: перспектива индивидуальная, групповая, коллективная, общественная. В качестве итога Макаренко представлял «гармонирование» этих перспектив в их системе – ощущение «самой радостной перспективы: ценности человеческой личности» [113]. Используя систему «перспективных линий», А.С. Макаренко впервые ввел в педагогическую теорию и практику понятия «время педагогическое» и «пространство педагогическое», обозначил движущую силу воспитательного процесса.

Согласное А. Носаль [107] идентификация и обособление являются основными механизмами образования перспективы и задают переход от личной перспективы к коллективной. «В процессе совместной деятельности человек идентифицируется с коллективными целями, у него вырабатываются общественные установки. Это приводит к образованию в сознании человека коллективных линий перспективы. Не труд сам по себе, а совместная трудовая деятельность являются по А.С. Макаренко необходимым средством для выработки общественных перспективных линий» [107].

Перспективы А.С. Макаренко перекликаются с проблемами «временной перспективы» К. Левина. Однако вопрос о соотношении близких и дальних перспектив (целей) решался в системе А.С. Макаренко, прежде всего, с учетом их содержания, построенного на принципах социалистических нравственных норм, в то время как понятие «временной перспективы» К. Левина не включает проблему содержания и не раскрывает его общественно-социального характера.

Проблематика психотерапевтических пространств. Теоретических исследований, посвященных изучению психотерапевтических пространств, проведено очень мало [125, 154, 183, 197, 215, 216]. Зачастую подобными исследованиями занимаются практикующие психологи и психотерапевты, ввиду практического характера данного вопроса. Во второй половине XX века шотландский психиатр Р.Д. Лэйнг одним из первых развивал идею терапевтического пространства, вводя понятие «метанойя» – искупление, представляющее собой экзистенциальное путешествие «во внутреннее пространство», которое при благоприятных обстоятельствах может привести к излечению [21, 91, 92]. Р. Лейнг вопреки существовавшим канонам психиатрии первый шаг к самоисцелению видел в постижении болезни. Он смело заявлял о том, что больному для достижения искупления необходима атмосфера поддержки, в которой могли бы раскрыться его мистические переживания, и необходима помощь людей, имеющих опыт таких «внутренних путешествий». Разделяя философию экзистенциализма, Р. Лейнг вслед за Ж.-П. Сартром верил в то, что душевнобольной несет ответственность за свои страдания, он всегда

может сделать выбор и выйти из своей шизоидной изоляции к подлинному здоровью и искренним отношениям с другими. Эта идея легла в основу проекта терапевтической коммуны «Кингсли Холл», задуманной как место, где душевнобольные могли бы в благоприятной терапевтической обстановке совершать свое «внутреннее путешествие».

Д. Купер развивал идеи Р. Лэйнга и инициировал течение «антипсихиатрия», провозглашающее принципы психотерапевтических методов коллеги. Отметим, что сам Р. Лэйнг неоднократно отрекся от своей принадлежности к этому течению [153, с. 91–106]. Однако он глубоко разделял негодование своих коллег о том, что пациент, «шизофреник лишался своего полноценного экзистенциального и юридического статуса как субъекта действия и человека, ответственного за свои поступки, не был вправе распоряжаться своим временем и не вправе решать, с кем встречаться и что делать, какое место занимать в пространстве – становится узником такого тотального института, как лечебница для «душевнобольных»» [92, с. 28].

На современном этапе развития психотерапевтической практики особое значение приобретают практики, определяющие человека как сложную, самоорганизующуюся, открытую развивающуюся систему. Где под развитием понимается закономерное усложнение пространственно-временной организации развивающихся явлений, которые могут быть определены как самоорганизующиеся системы, то есть такие системы, которые способны производить новообразования и опираться на них в своем последующем движении [55].

Примерами подобных являются терапевтические практики и пространства, созданные в конце 60-х годов прошлого века на территории бывшего СССР врачом-психиатром, психотерапевтом Александром Ефимовичем Алексейчиком, жившем и живущим в Вильнюсе и врачом-психиатром Андреем Владимировичем Гнездиловым, живущим в Санкт-Петербурге.

Направление, связанное с А.Е. Алексейчиком называется Интенсивная терапевтическая жизнь (ИТЖ). Оно уходит корнями в русский экзистенциализм.

Ключевыми фигурами для него являются Ф. Достоевский, Н. Бердяев, В. Розанов, С. Левицкий, С. Франк, И. Ильин, Л. Шестов, митрополит Антоний Сурожский. Об эффективности пространства ИТЖ написано много отзывов участников и публицистических очерков [4–6, 74, 115]. Однако научные исследования в этой области ранее не проводились. Нами было осуществлено два исследования с информированного согласия участников и ведущего с целью изучения факторов эффективности терапии и постановки проблематики аутентификации. Более подробно общепсихологические принципы и основания работы А.Е. Алексейчика описывается в параграфе 2.6 диссертации.

Врач-психиатр А.В. Гнездилов является основателем первого хосписа в Советском Союзе, автором многочисленных психотерапевтических сказок, авторских методов лечения с использованием костюмов, кукол, звенящих чаш, колокольного звона. Его терапия имеет корни в «серебряном веке русской культуры» – в работах представителей русской гуманитарной культуры начала XX века, в первую очередь, в практиках М. Волошина. «Ключевым для терапии Гнездилова является представление о наличии «чудесного измерения бытия» и умение решать сложности жизни пациента, обращаясь к этому измерению» [133]. Окружающий мир тяжело- и смертельно больных людей, свидетельствует о том, что избежать смерти невозможно. В такой реальности сознание, логика, опыт взрослого человека не дают никакой надежды. «С помощью экзистенциального терапевта в практике А.В. Гнездилова происходит сдвиг в экзистенциальном времени и на передний план выходит время детства, память детства, люди становятся как дети с детской творческой фантазией, открытостью миру, доверием к жизни» [133]. Терапевтические сказки, куклы, колокола, антикварное пространство, костюмы всех времен и народов, старинная мебель создают пространство Встречи пациента с чудесным измерением бытия, в котором появляется возможность веры в чудо, и начинают разрешаться те проблемы, которые для взрослых неразрешимы. Последний этап жизни человека видится Гнездиловым как кульминация жизни. Нередко, в отсутствии страха смерти, человеку удается сформулировать для себя самое важное дело, которое он должен

успеть осуществить. Занесенная над ним рука смерти замирает, время останавливается, и человеку удастся его осуществить [133].

Выводы по главе 1

Смысл проведенного нами теоретического анализа заключается в выявлении современных научных тенденций понимания феноменов идентичности, самоидентичности, рефлексии, помогающих пространств, аутентификации, эффективности помогающего события, а также актуализации проблемы аутентификации помогающих пространств в условиях методологического плюрализма терапевтических подходов. Проведенный анализ показывает целесообразность оценки эффективности и доказательности полезности помогающих психологических пространств с опорой не на идентификацию, как это было принято ранее в психологических исследованиях, а на аутентификацию, то есть аутентифицировать пространство (практику) прежде, чем констатировать идентичность. Так же в ходе теоретического анализа выявлена и актуализирована роль и значимость рефлексии в процессе аутентификации, что позволяет организовывать практические исследования при проверке событий на достоверность, основываясь не на соответствиях внешним абстрактным и формализованным критериям, а на соответствиях, присущих явлению внутренне, то есть, используя рефлексивные данные участников помогающего события.

Определения базовых понятий. В нашей работе используются несколько базовых понятий: аутентификация, идентичность, самоидентичность, рефлексия. Приведем рабочие определения понятия для работы. На данный момент понятие «аутентификация» только входит в терминологию психологической науки. Аутентификация как процедура проверки подлинности широко применяется в сфере информационных систем, процедурно сначала происходит идентификация пользователя (предъявление логина), а потом подтверждение пользователем логина, что подразумевает присутствие человека идентифицированного с логином. В психологических пространствах соотношение обратное ввиду того,

что идентичность человека психологически самодостаточна и сама себя подтверждает; психологическая аутентификация подразумевает не «подтверждение логина», а предъявление основания. Таким образом, в нашем исследовании под аутентификацией мы понимаем процедуру проверки идентичности, подразумевающую экспликацию оснований идентичности, как один из процессов построения психологической реальности.

На сегодняшний момент в психологии существует многообразие научных концепций и теоретических подходов, по-разному объясняющих природу и сущность идентичности и самоидентичности. В качестве рабочего понятия мы берем понимание идентичности с точки зрения теории психологических систем (В.Е. Ключко, О.В. Лукьянов, Э.В. Галажинский и др.), где под идентичностью подразумевается тождество опыта, переживаемого человеком, при осознании своего «я» в отношении времени и многообразия состояний, то есть осознание того, что при всех изменениях, происходящих в физическом, психологическом, социальном, духовном плане, «я» человека продолжает оставаться тем же самым. Самоидентичность в этой связи – это непрерывно идущий процесс становления идентичности, сопровождающий саморазвитие человека как присущий ему способ бытия, по словам Е.Т. Соколовой «устойчиво переживаемая тождественность Я во времени и пространстве». Идентичность – это представленная эффектами транстемпоральности интегральная оценка состояния процесса саморазвития. Идентичность зависит от того, насколько успешно (т.е. своевременно, современно) осуществляется переход возможности в действительность и действительности в желаемое, или хотя бы приемлемое, бытие. Идентичность – явление процессуальное, требующее изменения мышления не только в научно-историческом, но и в персонально-историческом, личностном аспектах. Это не структура личности, личностная черта или качество, функционально обеспечивающее человеку тождественность самому себе, стабильному или меняющемуся, но сам процесс саморазвития, дающий устойчивость, которую человеку необходимо открыть, освоить, принять. Преодоление структурно-функционального понимания проблем идентичности и

переход к процессуальному пониманию идентичности отвечает необходимости изучения смысловой реальности (В.Е. Ключко, О.В. Лукьянов).

Говоря о понятии «рефлексия», одно из наиболее полных определений с позиций системно-антропологического подхода дает О.М. Краснорядцева, отмечая, что рефлексия является одним из детерминаторов организации творческого мышления, который включен в механизм возникновения психологических новообразований, в том числе в процесс «вписывания» новых смыслов и ценностей в образ мира. Высокий уровень развития рефлексии проявляется в перестройке поведения и деятельности, смыслообразовании и перестройке смыслов, поиске вариативных способов решения конкретных проблем и задач, особенно поставленных до включения в творческий акт психотерапии или образования. Понимаемая в такой ключе рефлексия, по словам О.М. Краснорядцевой «обеспечивает открытость человека самому себе, новому опыту, другому человеку, и тем самым создает необходимые предпосылки для превращения физического пространства человеческого бытия в пространство возможностей».

Теоретические основания исследования. Проанализировав ряд психологических теорий личности и оснований различных помогающих подходов, было принято решение в качестве теоретических оснований нашего исследования опираться на методологию системно-антропологического подхода (Э.В. Галажинский, В.Е. Ключко, О.М. Краснорядцева, О.В. Лукьянов и др.) и плюралистического подхода (М. Купера и Дж. МакЛеода), с опорой на основания феноменологического подхода. В качестве основополагающего принципа к исследованию эффективности и полезности помогающих пространств был использован принцип исследования значимых событий, представляющий собой особый подход и метод к изучению явлений и событий, обозначенных участником психологической практики как значимых, благоприятных, полезных и способствующих психологическим изменениям и трансформациям. Логическое обоснование подхода заключается в идее о том, что такие события являются самыми плодотворными моментами в психотерапевтической работе, в случае

если благоприятные эффекты наблюдаются, или самыми проблемными аспектами, если участником обозначаются неблагоприятные (мешающие изменения) события. Исследование значимых событий является частью более широкой парадигмы в исследованиях помогающих и мешающих процессов.

В качестве теоретического основания нами также был использован транстемпоральный подход О.В. Лукьянова, позволяющий рассматривать самоидентичность как проявление эффекта транстемпоральности: человек определенным образом предуготовлен к будущему его присутствием в настоящем. Транстемпоральный подход позволяют нам рассматривать человека, личность как открытую саморазвивающуюся систему, автор (система) выбирает то соответствие времен и смыслов, которое является его идентичностью, его жизнью, его смыслом, его значением, выбирает то, что идентично ему, автору, или чему он становится идентичен.

Системно-антропологический подход, опирающийся на базовые положения о человеке как открытой, саморазвивающейся системе, позволил нам рассматривать взаимодействие в психотерапевтическом контексте как целое, живое и меняющееся в границах базальных соответствий, а взаимодействие в контексте образования – как транспективный опыт, т.е. когда будущее (перспектива) и прошлое (ретроспектива) совмещаются в настоящем (транспектива) [82, 83, 85, 86]. Плюралистический подход, комплементарный системно-антропологическому подходу, позволил сформировать структуру процесса помогающей практики, в котором рефлексивные данные участников являются достаточно хорошими и достоверными данными, поскольку системно связаны со всеми уровнями понимания личности через реляционность (устойчивые отношения). Рефлексивные данные являются адекватными данными для исследования реляционных систем, поскольку реляционность является условием существования, признаком и общим свойством исключительно объектов, обладающих способностью к рефлексии [116].

Таким образом, пребывание человека в помогающем процессе можно рассматривать как некое «диалогическое пространство», обеспечивающее поиск

соответствия внешнего с внутренним, за счет чего порождаются новые системные качества. В процессе проверки на подлинность пространства выявляются разнообразные критерии аутентификации в различных практиках и реляционностях, то есть – отношениях. Критерий аутентичности в практиках должен соответствовать смыслу отношений, что представляет собой одно из воплощений принципа системно-антропологической психологии и теории психологических систем В.Е. Ключко, утверждающего, что в основе отношений лежит соответствие. Аутентификация в этой связи есть экспликация базальных соответствий из рефлексии отношений. Осуществляя феноменологическую редукцию по отношению к опыту взаимодействия, мы эксплицируем базовые соответствия.

В качестве основных теоретических выводов первой главы диссертации сформулированы следующие:

1. Проблема аутентификации в современной психологии связана с эволюцией понимания и изучения человека как присутствующего в мире, обусловленного в своей динамике и развитии психологическими пространствами.

2. Мировоззренческие тенденции к плюрализму актуализируют специфические риски неподлинности идентичности человека.

3. Аутентификация, проверка идентичности и изменений на подлинность, реализуется в определенном масштабе и обусловлена качеством рефлексии.

4. Эмпирическим доказательством полезности при условии, что универсальных критериев полезности не может быть сформулировано, может служить качество соответствия интенций и смыслов событий и действий.

2 Методология и методы эмпирического исследования аутентификации помогающих психологических пространств

В данной работе обобщены результаты эмпирических исследований, направленных на изучение проблемы аутентификации в помогающих и образовательных процессах, проводившиеся в период с 2014 по 2017 годы. Согласно гипотезе нашего исследования о подлинности полезных действий свидетельствуют смысловые соответствия. А смысловые соответствия можно фиксировать на основании рефлексивных данных участников образовательного и помогающего события.

Данная глава посвящена обоснованию и описанию методов и методологии исследования, методов сбора данных, методов интерпретации и представления результатов. Проанализирован и описан опыт феноменологических исследований ведущих зарубежных исследователей, представлена выборка исследования и источники данных. Описаны помогающие и образовательные контексты исследования.

2.1 Обоснование направления и подхода исследования

Представим коротко суть подхода и направления исследования. Суть подхода заключается в систематизации рефлексии в динамике идентичности, в предложении аутентифицировать психологическую деятельность, направленной на идентичность человека, то есть деятельности, направленной на тот аспект личности, который обеспечивает устойчивость в изменениях. Мы исходим из принципа плюрализма, то есть отвергаем допущение о существовании одного единственного верного ответа на конкретную ситуацию изменений и идентификации. В общем виде процесс аутентификации представляется следующим образом:

1) На первом этапе осуществляется рефлексия отношений (определяется реляционность – устойчивое отношение). Например, описывается терапевтический или педагогический подход. Идентифицируются участники

отношений: говорящий (действующий), слушающий (изменяющийся), предмет (цель, проблема). Реляционность определяется как периодическая смена субъектами отношений своих ролей: так говорящий (терапевт, тренер, учитель) периодически становится предметом обсуждения, а предмет обсуждения (цели, проблемы, результаты) периодически становятся говорящими субъектами (и феноменологически интерпретируются). Так же и слушающие (студенты, клиенты) периодически становятся говорящими субъектами или предметами обсуждения. Структура смены ролей в диалоге идентифицируется как специфическая реляционность, например, реляционность психотерапевтической группы.

2) На втором этапе происходит рефлексия оснований предъявленной идентичности (тождества существования с сущностями). Поскольку основания могут быть разными (согласно принципу плюрализма подходов), эксплицировать основания необходимо феноменологически из опыта, отраженного в рефлексивных описаниях.

Мы полагаем, что эффективность и полезность психологических пространств должна оцениваться посредством критериев, задаваемых не только помогающим подходом и методом, но и процессом, инициируемым участником. Но для того, чтобы задавать такие критерии, необходимо оценивать отношения между участниками помогающего процесса, динамику их ролей, что и является реляционностью помогающего процесса. Проблематика оценки эффективности помогающих психологических пространств с учетом аспектов активности и взаимодействия всех участников на данном этапе сведена к проблеме разработки реляционных моделей эффективности психологических помогающих пространств.

В этой связи нами был выбран и впервые введен в практику отечественных психологических исследований [219] метод оценки значимых событий [164–167, 169, 173, 231], учитывающий активность участников процесса, что дает возможность исследовать психологические аспекты вовлеченности, инициативы, проверять идентичность и изменения на подлинность (проводить

аутентификацию). Согласно нашим исследованиям метод оценки значимых событий позволяет идентифицировать условия, способствующие раскрытию потенциала и реализации личности. Метод оценки значимых событий подразумевает применение рефлексивных методик для сбора данных. Нами были изучены, собраны в комплекс, переведены и адаптированы до- и после-сесссионные формы, разработанные ведущими специалистами Европы в сфере изучения эффективности помогающих практик (М. Купер, Дж. МакЛеод, Р. Эллиотт, Л. Тимулак, Д. Ренни и др.).

Настоящее эмпирическое исследование проводилось с целью получения новых данных о таких видах помогающих и образовательных пространствах, которые в наименьшей степени отражаются в динамике заранее стандартизированных обобщенных (абстрактных) показателей. Особый интерес для данного исследования представляют данные о таких видах практик, которые в наименьшей степени редуцируют уникальность человеческой активности. Поэтому в качестве основного источника данных о реляционности помогающих психологических пространств использовались такие виды психотерапии и обучения, которые ориентированы на открытость обновлению и ответственность участников за процесс. Наиболее соответствуют этим условиям практики психологической помощи в русле экзистенциальной психологии.

2.2 Дизайн, рабочая модель и организация эмпирического исследования

Основанием рабочей модели исследования аутентификации в изучении эффективности помогающих пространств является системно-антропологический подход и плюралистический подход к пониманию идентичности, аутентичности, подлинности, рефлексии и психологической помощи. Важным основанием исследования является взаимодополняемость основополагающих принципов подходов в отношении решения проблемы аутентификации и изучения эффективности помогающих пространств. Теоретические основания обусловили выбор методов и дизайн эмпирического исследования, которое проводилось в психологических практиках, определяющих человека как сложную,

самоорганизующуюся, открытую развивающуюся систему и в наименьшей степени редуцирующую уникальность человеческой активности. В качестве основного источника данных использовались такие виды психотерапии и обучения, которые ориентированы на открытость обновлению и ответственность участников за процесс.

Идея нашего исследования заключается в актуализации значимости проверки на подлинность помогающих психологических пространств, а также в выявлении и уточнении способов эмпирического доказательства полезности действий в психологических и образовательных практиках.

Проблема доказательства эффективности психологических интервенций, а в частности, оценка качества психологической помощи, обладают высокой актуальностью в психологии и психотерапии, однако наблюдается явный дефицит прикладных разработок по данному вопросу с позиций системно-антропологического подхода. Разработанная нами процедура аутентификации и адаптированный комплекс рефлексивных методик представляет собой методический инструментарий для проведения психологических исследований в данной области. Более того, предлагаемый нами инструментарий помимо применения в психологических контекстах может быть успешно экстраполирован на контексты образовательных практик.

В нашем исследовании мы указываем значимость рефлексивной деятельности участников помогающего события, которая позволяет изучать опыт трансформации личности в образовательных, терапевтических событиях, видеть подлинность действий, динамику самоидентичности в общепсихологическом и личностном масштабе. Это отражает психологические смыслы проводимого исследования.

Цель эмпирического исследования заключается в разработке и эмпирической проверке средства установления подлинности (аутентификации) помогающих психологических пространств, направленных на личностные изменения, то есть подразумевающих психологическую самоорганизацию и саморазвитие.

Выделены следующие задачи эмпирического исследования:

1. Выбор методов и методик, направленных на исследование эффективности помогающих психологических пространств;
2. Адаптация методик Дж. МакЛеода и М. Купера, имеющих репутацию передовых, для исследования доказательства эффективности помогающих процессов на основании рефлексивных данных;
3. Разработка дизайна проведения эмпирического исследования в психологических и образовательных контекстах;
4. Организация и проведение эмпирического исследования;
5. Сбор данных о помогающих процессах и психологической активности в практиках современных Российских специалистов различных направлений, разделяющих принципы плюралистического и системно-антропологического подходов.
6. Исследование эффективности помогающих психологических пространств методом оценки значимых терапевтических событий.
7. Подбор методов обработки данных, полученных в ходе эмпирического исследования;
8. Обработка и анализ полученных данных эмпирического исследования.

Эмпирическое исследование состояло из трех этапов. **Первый этап** нашего исследования был посвящен:

а) Теоретическому изучению оснований метода оценки значимых событий и комплекса рефлексивных методик до- и после-сессионных форм, особенностей их применения и перевода на русский язык.

б) Эмпирическому изучению с помощью метода оценки значимых событий и комплекса методик рефлексивных до- и после-сессионных форм эффективности различных видов психотерапии на основании проведения аутентификации – выявления соответствия интенций и смыслов событий и действий.

в) Методическому исследованию, направленном на адаптацию рефлексивных методик до- и после-сессионных форм к проведению исследований в России.

В результате проведения **первого этапа** обозначена теоретическая и практическая целесообразность использования метода оценки значимых событий, сформирован комплекс рефлексивных методик, адекватный задачам нашего исследования. Подготовка методического материала позволила провести пилотажные исследования эффективности психотерапии и аутентификации практики в психотерапевтическом контексте. Первые полученные результаты позволили приступить к методическому исследованию по адаптации и усовершенствованию комплекса рефлексивных методик с целью продолжения исследования аутентификации помогающих пространств в различных психологических и образовательных контекстах.

На **втором этапе** проведения исследования:

а) Собирались данные о помогающем процессе и психологической активности среди специалистов различных направлений, разделяющих принципы плюралистического и системно-антропологического подходов.

б) Собирались данные об обучающем процессе и психологической активности слушателей образовательных онлайн курсов.

Второй этап посвящен организации сбора, обработки и анализа данных, полученных в процессе исследований в различных психологических пространствах. В результате исследований был сформирован массив новых данных в отношении аутентификации и эффективности помогающих психологических пространств с опорой на выбранные методы и адаптированные методики исследования, а также разработана и апробирована в исследуемых контекстах процедура аутентификации.

На **третьем этапе** обобщались результаты эмпирических исследований и опыта внедрения практик аутентификации в образовательные и помогающие процессы. В результате обобщений была разработана Концепция продолжения исследований реляционных моделей оценки эффективности помогающих пространств.

Процедура аутентификации. В основу способа оценки эффективности помогающих психологических пространств положен метод оценки значимых

событий и уточнение модели взаимоотношений (реляционности). Процедура аутентификации (проверка на подлинность соответствия) происходит в четыре этапа:

1. На первом этапе участники образовательного и помогающего процесса (аутентификаторы) заполняют специально разработанные опросные листы для сбора рефлексивных данных. На этом этапе происходит уточнение оснований и идентификация явлений.

2. На втором этапе полученные материалы интерпретируются. Возможны различные процедуры интерпретации. Мы рекомендуем интерпретировать рефлексивные данные по процедуре метода феноменологической интерпретации А. Джорджи [180], тематического анализа В. Браун [143], интерпретативного феноменологического анализа Дж. Смит [222] и феноменологического анализа К. Мустакас [205] и соответственно для таких методов интерпретации данные собирать. На этом этапе формулируются основные смыслы, содержащиеся в рефлексивных описаниях.

3. На третьем этапе полученные категории соотносятся друг с другом в качественном отношении – сопоставляются идентичность и реалистичность. Эффективность помогающих психологических пространств определяется степенью ясности понимания тенденций изменений, выраженных в рефлексивных описаниях (изменений в отношении целей, значимости, смыслов терапии или обучения).

Соотношение выявленных оснований и ожиданий осуществляется по принципу синонимии и представляется в реляционной таблице (Таблица 1). В ходе исследования реляционная таблица 1 заполнялась в процессе сбора и интерпретации данных.

4. На четвертом этапе результаты феноменологической интерпретации обобщаются в виде, требуемом для экспертной оценки, например, в виде процессуальных карт [151, 154, 184]. Обратим внимание, что в данном способе используются качественные данные. Количественные оценки, подтверждающие статистические гипотезы, непосредственно в этом способе не подразумеваются,

поскольку на этом этапе статистических гипотез нет. Статистический анализ тенденций изменений и, соответственно, статистические доказательства эффективности психотерапии возможны только в случае сбора больших массивов данных, изучения не отдельных случаев, а массива однородных событий психотерапии. Большая часть практикующих психотерапевтов не работают с массивами данных, наоборот, изучаются отдельные случаи и обращается особое внимание на качество психотерапевтического процесса, тенденции к изменениям, благоприятные эффекты психотерапии.

Таблица 1 – Реляционная таблица идентификации ожиданий (предмета деятельности)

	Ожидания терапевта (подхода)		
	Ценности (заполняется на основании документов, представляющих подход)	Основания (заполняется на основании рефлексии психотерапевта, консультанта)	Цели (главные понятия) (заполняется на основании установок психотерапевта, консультанта)
Ожидания клиентов (заполняется на основании данных рефлексивных форм, в том числе на основании сформулированных клиентами проблем, трудностей и их оценки значимости событий в психотерапии)	Синонимические формулировки, выражающие смыслы ожиданий как терапевта (подхода), так и клиентов	Синонимические формулировки, выражающие смыслы ожиданий как терапевта (подхода), так и клиентов	Синонимические формулировки, выражающие смыслы ожиданий как терапевта (подхода), так и клиентов

2.3 Описание методов и методик исследования

Метод оценки значимых событий. В качестве направления и определяющего метода сбора данных мы приняли известный в зарубежной науке метод оценки значимых событий [150, 164, 165, 173, 229, 231]. Метод оценки значимых событий опирается на принципы плюралистического и системно-антропологического подходов.

Исследование значимых событий [164, 173] представляет собой особый подход к изучению явлений и событий, обозначенных участником

психологической практики как значимые, благоприятные, полезные и способствующие психологическим изменениям и трансформациям. Логическое обоснование подхода заключается в идее о том, что такие события являются самыми плодотворными моментами в психотерапевтической работе [229], в случае если благоприятные эффекты наблюдаются, или самыми проблемными аспектами, если участником обозначаются неблагоприятные (мешающие изменениям) события.

Исследование значимых событий является частью более широкой парадигмы в исследованиях помогающих и мешающих процессов в психотерапии [181, 208], изначально сформировавшейся в русле бихевиорального подхода, то есть подхода, ориентированного на оценку параметров «на входе» и «на выходе» достаточно ясно идентифицируемого процесса. Для сбора данных в процессе психотерапии клиенту в опросных листах или устно задаются вопросы о том, что для него является полезным, благоприятным или бесполезным, неблагоприятным в процессе консультирования или психотерапии, а также каким образом он воспринимает процесс терапевтических изменений. В наших исследованиях мы предприняли попытку использовать данный метод для сбора данных в различных пространствах и практиках, подразумевающих психологическое взаимодействие на идентичность и активность участников.

За рубежом исследования с применением метода изучения значимых событий проводились на протяжении многих лет главным образом в русле доказательства эффективности психологической помощи [173, 181, 208, 231]. Однако в настоящее время определилась тенденция к более детальному изучению возможностей применения метода в различных контекстах, и появилась необходимость в создании более структурированной и ясной системы для осуществления подобных исследований и практик [150, 172, 173, 231].

Важным преимуществом исследований значимых событий является тот факт, что данными для анализа являются описания актуального субъективного опыта участников (клиентов), на который не влияет опыт и восприятие терапевта, консультанта, наблюдателя или ведущего. В подобных исследованиях нет

необходимости вписывать или адаптировать опыт участников под определенные категории, которые часто используются в измерительных методиках [229, 231].

Подобные исследования также расширяют возможности участников и усиливают их активность в терапевтическом процессе [81, 184]. Более того, по мнению Р. Эллиотт [170] исследования значимых событий являются той формой исследований психотерапии, благодаря которой становится возможным говорить о доказательствах причинно-следственной связи. Например, исследование, изучающее эффективность терапии, основанное на статистической корреляции между эмпатией и клиническими результатами на самом деле умалчивает о том, что именно влияет на эмпатию, и каким образом эмпатия влияет на результаты терапии. Однако если клиент отмечает, что он стал «более сочувствующим» благодаря ощущению, что терапевт понимает и принимает его, то здесь мы можем говорить о причинно-следственной связи [170].

В область исследований значимых событий в помогающем процессе помимо вопросов о полезных (благоприятных) и неполезных (неблагоприятных) эффектах, можно изучать и ряд других важных вопросов. Например, целостный опыт клиентов терапии [146, 209, 210, 212, 216], описания или нарративы о том, что происходило в процессе терапии [178, 179], описания о результатах терапевтической работы [176, 194, 196, 207, 227], описания об эффективности различных терапевтических практик и образовательных процессов [81, 89, 125, 132, 197, 204, 215, 219]. Разработчики метода отмечают, что исследователям важно помнить о значимости вопросов, задаваемых клиенту или участнику практики. Прежде, чем формулировать открытый вопрос, необходимо точно понимать предмет исследования [178, 209].

Итак, метод оценки значимых событий – это тип исследования помогающего или обучающего процесса, позволяющего идентифицировать и аутентифицировать (подтвердить) важные помогающие или мешающие события, явления, действия с точки зрения участников психологического процесса. Благодаря получаемым данным эффективность процесса может быть оценена с точки зрения соответствия систем, уточнения смыслов и форм процессов и

действий, которые могут мешать или способствовать изменениям и/или преобразованиям.

Значимые события исследовались в групповой терапии [138, 189, 203, 206, 209] и в индивидуальной [164, 168, 173]. Исследования значимых событий могут осуществляться при достаточно ограниченных ресурсах. Их самое главное преимущество – это возможность комбинировать данные, используя процедуру качественного мета-анализа рефлексивных описаний участников [229, 231], и формулировать выводы значительной валидности и надежности [150].

Согласно масштабным аналитическим исследованиям Л. Тимулак [229–231], участники психологических практик в качестве благоприятных фиксируют те события, которые помогают создать доверительные отношения с другими участниками, в том числе и терапевтами (ведущими): поддержка, понимание, обмен личным опытом, эмпатия. В качестве благоприятных эффектов, обычно называются те, что свидетельствуют о снятии психологического напряжения, изменениях в привычном поведении и других преобразованиях: облегчение, изменения в поведении, более целостное понимание ситуации, обновленные чувства, инсайт, раскрепощение [230]. Следует отметить, что в контексте психологической помощи согласно рефлексивным данным иногда взгляды клиентов и терапевтов (консультантов) на то, что именно является значимым в терапии, отличаются [231].

В первых исследованиях значимых событий [230, 231] для сбора рефлексивных описаний использовалась Форма Помогающих Аспектов в Терапии [169, 195]. Данная форма позволяла собрать информацию описательного характера о примерах одного или нескольких помогающих или мешающей терапии событий. В настоящее время используется обновленная версия формы, а также ряд других методик, составляющих комплекс рефлексивных до- и после-сессионных форм [141, 151, 154]. В нашем исследовании для сбора данных мы придерживаемся логики разработчиков плюралистического подхода в терапии [154], заключающейся в разделении значимых и помогающих событий на *действия клиента, действия терапевта и благоприятные эффекты*. Такое

разделение позволяет идентифицировать смыслы психологической активности участников психологической практики, а также избегать «школизма» – явления, при котором терапевт в практике придает избыточную значимость определенному подходу или психотерапевтической школе, и при этом дистанцируется от других.

Разделение событий на *действия клиентов* и *действия терапевта* позволяет уточнить смыслы микроуровня активности участников практики [184]. Появляется возможность разрабатывать систему качественного понимания действительно эффективных способов, способствующих терапевтическим изменениям, в которой анализ активности клиента выходит на первый план [139, 212, 213].

Нами были русифицированы и адаптированы исследовательские формы [219], вошедшие в комплекс методик оценки значимых событий и эффективности [141, 151, 154]. На настоящий момент комплекс рефлексивных методик, используемый нами в исследовании, содержит следующие формы:

1. Форма целей (Приложение А);
2. Форма оценки целей (Приложение Б);
3. Рефлексивная форма участника терапевтической группы (в трех модифицированных вариантах, Приложения В–Д);
4. Рефлексивная форма слушателя онлайн курса (Приложение Е);
5. После-сессионная рефлексивная форма терапевта (в трех модифицированных вариантах, Приложения Ж–К);
6. После-сессионная рефлексивная форма клиента (Приложение Л);
7. Форма персонализации в терапии (Приложение М).

Подробное описание методов сбора данных. Комплекс методик, разработанных Дж. МакЛеодом и М. Купером [150, 154] в рамках плюралистического подхода, позволяет не только изучать специфическую структуру помогающего процесса, исследовать его динамику, оценивать эффективность действий и методов (и косвенно, терапевтического подхода), проверять гипотезы об активности клиента и терапевта в процессе работы и формулировать новые.

Нами адаптированы и активно используются в исследованиях следующие методики: «Форма целей» («Goals form»), «Форма оценки целей» («Goals assessment form»), «После-сессия форма клиента» («Post-session client form»), «После-сессия форма терапевта» («Post-session therapist form»), «Форма персонализации в терапии» («Personalization form in therapy»). На основе после-сессия форм нами разработаны и используются также «Рефлексивная форма участника терапевтической группы» в трех вариантах, «Рефлексивная форма слушателя онлайн курса», два модифицированных варианта «После-сессия рефлексивной формы терапевта».

«Форма целей» и «Форма оценки целей». В плюралистическом подходе цели клиента являются основной отправной точкой для терапии. Направление анализа можно определить как от целей к соответствиям, от идентичности к аутентичности (основаниям). Цели могут быть определены как прогнозируемые, предполагаемые изменения, которых намерен достичь клиент, и могут быть представлены в иерархии: от высших жизненных смыслов к самым конкретным, ситуативным целям. Клиенты могут иметь несколько дискретных целей на терапию, что зачастую связано с межличностными вопросами, конкретными проблемами и симптомами. В плюралистическом подходе в психотерапии считается особенно важным на ранних стадиях процесса побуждать клиентов к обсуждению и прояснению того, чего они ожидают от терапии. В общепсихологическом смысле это можно обозначить как важность идентификации на начальных стадиях процесса. Для этого клиент заполняет «Форму целей», где необходимо сформулировать две (или три) цели, проблемы или задачи, в разрешении которых ему нужна помощь. Затем по шкале от 0 до 9 клиент указывает: насколько сильно каждая из проблем беспокоит его на данный момент (в рамках последней недели) – степень напряженности проблемы (шкала напряженности); насколько важна для него данная задача/проблема/цель в контексте всей жизни – степень актуальности проблемы (шкала актуальности); и какого успеха он ожидает в разрешении каждого вопроса в процессе работы – степень ожиданий результата (шкала ожидаемого успеха). Для

общепсихологического исследования эта форма моделирует процесс идентификации индивидуума в конкретном контексте отношений: самоидентификация (отождествление своего присутствия с целями), самоактуализация (рефлексия значимости цели, проблемы), саморазвитие (рефлексия значимости цели в контексте всей жизни), самореализация (рефлексия ожиданий). Таким образом, можно говорить о модели самоопределения.

В процессе терапии предполагается оценка целей с использованием «Формы оценки целей», для обозначения эффективности работы, пересмотра целей/задач/проблем, для формулирования новых, более адекватных целей. В данной форме необходимо указать цели/проблемы/задачи на терапию и оценить их достижение соответственно по шкале от 0 до 7. Фиксация целей и оценок их достижения клиентами психотерапии дает богатый материал для выдвижения гипотез о полезности действий и взаимной активности терапевта и клиентов. В общепсихологическом смысле повторение рефлексии по форме целей позволяет выявить тенденции изменений, динамику самоидентичности.

В наших исследованиях «Форма целей» и «Форма оценки целей» использовалась в исследовании проблемы аутентификации в помогающих психологических пространствах, включая индивидуальную и групповую психотерапию и консультативную помощь. На основании результатов использования этих форм мы считаем, что их следует использовать и в образовательных контекстах, с целью сбора данных о процессах самоидентификации, уточнения целей и ожиданий участников, а также анализа результативности процесса.

«Форма персонализации в терапии». С плюралистической точки зрения особую значимость имеет выбор метода терапевтом совместно с клиентом. В общепсихологическом смысле это означает актуализацию модуса совместности. Выбор метода, сам по себе, может обладать терапевтической ценностью для клиента. Совместность сама по себе может быть основанием для изменений психологических состояний и тенденций идентификации. Авторы подхода [154] предлагают использовать «Форму персонализации в терапии» [140, 141],

построенную по принципу семантического дифференциала, для уточнения и прояснения клиентом правильности (соответствия предпочтениям) выбранного метода. Форма состоит из 20 шкал, в которых клиент обозначает, какая стратегия поведения терапевта для него предпочтительна, выбирая соответствующее положение на оси от 0 (позиция «Меня всё утруждает») до 5 – полюс более директивной (направляющей) стратегии поведения терапевта, и более интенсивной терапевтической работы; либо от 0 до 5 – полюс менее директивной стратегии поведения терапевта, и менее интенсивной работы: например «Я хотел бы, чтобы мой терапевт: *Давал мне больше советов – Давал мне меньше советов; Чаще проявлял инициативу – Чаще позволял мне проявлять инициативу; Был более вызывающим – Был более мягким*». Данная форма позволяет координировать процесс терапии и делать его наиболее эффективным и соответствующим индивидуальным предпочтениям клиента. Подробное описание шкал и значений поведенческих стратегий описаны в таблице 2.

Таблица 2 – Описание значений и поведенческих стратегий «Формы персонализации в терапии»

Порядковый номер шкалы	Формулировки	Смысловое поле стратегии поведения
1	Использовал больше техник и упражнений – Использовал меньше техник и упражнений	Использование терапевтических методик и средств: много vs мало
2	Чаще проявлял инициативу – Чаще позволял мне проявлять инициативу	Инициатива: инициативность терапевта vs инициативность клиента
3	Был более открыт и проявлял чувство юмора – Был более формален	Дистанция в отношениях: неформальные vs формальные
4	Фокусировался больше на моём прошлом – Фокусировался больше на моём будущем	Временная направленность: прошлое vs будущее
5	Давал мне больше советов – Давал мне меньше советов	Потребность в советах и рекомендациях: необходимо vs нет необходимости

Продолжение таблицы 2

Порядковый номер шкалы	Формулировки	Смысловое поле стратегии поведения
6	Больше обозначал структуру в терапии – Меньше обозначал структуру в терапии	Структурированность терапевтического процесса: необходимость четкой структуры vs нет необходимости в структуре
7	Был более вызывающим – Был более мягким	Позиция терапевта: провокативность, жесткость vs мягкость, бережность
8	Фокусировался на определенных целях – Просто «был со мной» в терапевтических отношениях	Направленность на терапию: акцент на достижение цели vs акцент на эмпатийное присутствие
9	Больше рассказывал о своих мыслях по поводу терапевтического процесса – Меньше рассказывал о своих мыслях по поводу терапевтического процесса	Потребность в обратной связи терапевта: высокая vs низкая
10	Давал мне больше домашних заданий – Давал мне меньше «домашних заданий»	Готовность клиента к интенсивной работе (в том числе и за пределами кабинета): высокая vs низкая
11	Фокусировался больше на моих чувствах – Фокусировался больше на моих мыслях	Чувственная и когнитивная сферы: акцент на чувства vs акцент на мышление
12	Фокусировался больше на моих сильных сторонах и способностях – Фокусировался больше на моих проблемах и трудностях	Отношение к помощи: акцент на самостоятельный поиск решений vs акцент на использование готовых решений
13	Фокусировался больше на моей жизни в прошлом – Фокусировался больше на моей настоящей жизни	Временная направленность: прошлое vs настоящее
14	Меньше перебивал меня – Перебивал меня больше и помогал удерживать внимание	Активность терапевта: эмпатийное слушание vs контроль и акцентирование внимания клиента
15	Фокусировался больше на отношениях между нами – Фокусировался меньше на отношениях между нами	Значимость терапевтических отношений: значимы vs не значимы

Окончание таблицы 2

Порядковый номер шкалы	Формулировки	Смысловое поле стратегии поведения
16	Больше подвергал критике мои взгляды и убеждения – Менше подвергал критике мои взгляды и убеждения	Отношение терапевта к убеждениям клиента: критика vs принятие
17	Больше фокусировался на текущих вопросах и проблемах – Больше фокусировался на глубинных проблемах и основаниях	Отношение к проблеме: акцент на решение конкретной проблемы vs акцент на прояснении оснований и причин ее возникновения
18	Фокусировался больше на том, что, по его мнению, лучше всего мне подходит – Фокусировался больше на том, что я думаю, лучше всего мне подходит	Отношение к своему мнению: Значимость мнения терапевта vs значимость своего личного мнения
19	Больше рассказывал о себе – Менше рассказывал о себе	Значимость личного опыта терапевта: значим vs не значим
20	Больше позволял пребывать в тишине и молчании – Не позволял пребывать в тишине и молчании так много	Готовность клиента пребывать в терапевтическом молчании и напряжении: высокая готовность vs низкая готовность

Как мы уже указывали, мы смотрим на психотерапевтический опыт в общепсихологическом смысле, то есть как на модель взаимодействия. В общепсихологическом смысле представленная форма позволяет выявлять структуру и тенденции развития совместности не только в психотерапии, но и в других типах помогающих практик.

Анализ совместности в психотерапии позволяет уточнять позитивные стороны рискованных, не всегда однозначно позитивных тенденций совместности. Например, полюсом более директивной (направляющей) стратегии поведения обозначается активная, авторитетная и инициативная позиция терапевта, который обозначает ориентиры и структуру в терапии, высказывает свое профессиональное мнение на предмет случая и решения проблемы, акцентирует внимание клиента на определенных моментах и удерживает его на протяжении терапии. Полюс менее директивной стратегии поведения

подразумевает менее активную позицию терапевта. В таком случае клиент является активным инициатором процесса, задает формат работы, он менее нуждается в рекомендациях терапевта и его мнении, но продолжает нуждаться в совместности.

По данным исследований, изучающих эффективность «Формы персонализации в терапии» [140, 228, 232], терапевты находят ряд преимуществ в использовании методики в клинических условиях: методика является эффективным инструментом для прояснения желания клиента и корректировки процесса терапии согласно его предпочтениям. Методика также эффективна, как средство саморефлексии для терапевтов на предмет их поведенческих стратегий в терапии и пересмотре некоторых принципов, что особенно актуально начинающим специалистам [140]. Более того, заполнение форм помогает клиентам и терапевтам выстроить более доверительные отношения, усиливая терапевтические эффекты, поскольку формы изначально были задуманы как «повод для разговора» [140]. Создатели методики рекомендуют заполнять её на начальном этапе терапии. Существуют варианты данной формы для терапевтов: «форма персонализации в супервизии», «форма персонализации в терапии – оценка» и «форма персонализации в терапии – самопроверка».

В наших исследованиях «форма персонализации в терапии» использовалась в групповой и индивидуальной психотерапии. Согласно результатам использования формы, качественный анализ данных позволяет говорить о вовлеченности участников в процесс, идентификации наиболее соответствующих клиенту поведенческих стратегий терапевта, инициативности и готовности к изменениям.

«После-сессионная форма клиента». «После-сессионная форма» была разработана М. Купером и Дж. МакЛеодом [154] как инструмент сбора информации о событиях, помогающих терапии и способствующих терапевтическим изменениям.

«После-сессионная форма» в авторском виде состоит из двух частей – первой обобщающей и основной с рефлексивными описаниями. В первой части

респондентам предлагается дать оценку сессии в целом и ответить на четыре вопроса: 1) насколько способствующей или мешающей терапии была данная сессия для вас в целом; 2) как вы чувствуете себя по поводу данной сессии? 3) насколько по вашим ощущениям вы разрешили задачу/продвинулись в решении проблемы во время данной сессии? 4) в какой степени вы можете сказать о себе следующее: «Во время данной сессии что-то для меня изменилось. Я что-то увидел иначе или почувствовал что-то по-другому, обновленно»? Отвечая на данные вопросы, клиенту нужно отметить один из предложенных вариантов ответов.

В основной части клиентам предлагается свободно описать свои действия: 1) два-три примера действий, предпринятые самим клиентом во время данной сессии, которые по его ощущениям были особенно полезны для него: «что ВЫ сделали во время сессии, что по вашим ощущениям было особенно полезным для вас?» (действия клиента); 2) два-три примера действий, которые предпринял терапевт, позволившие клиенту достичь этого: «что сделал ваш терапевт, если таковое имело место, что помогло вам этого достичь?» (действия терапевта); 3) и описать терапию, то, к чему привели предпринятые действия, и почему клиент их ощущает как эффективные: «почему вы почувствовали, что это действие было эффективным – к чему оно привело?» (благоприятный эффект). В заключительной части формы спрашивается о том, наблюдали ли клиенты неблагоприятные, мешающие или бесполезные моменты, и есть ли какие-то действия, которые не были предприняты, но могли бы сделать сессию более эффективной.

По отзывам и пожеланиям участников исследования (клиентов и специалистов) в данной форме нами было добавлено поле, в котором участники описывают самые яркие (положительные или отрицательные) переживания, мысли, пометки, комментарии, вопросы, темы для обсуждения на следующих сессиях. В данную рефлексивную форму нами также был добавлен блок на оценку самооэффективности в терапии, который состоит из четырёх пунктов: добросовестность, честность, результативность и вовлеченность, где клиенту

необходимо дать себе оценку отлично, хорошо, удовлетворительно или плохо. В заключительной части формы мы также добавили вопрос о полезности заполнения рефлексивной формы, выбрав соответствующий вариант ответа: 1) очень полезно, 2) умеренно полезно, 3) нейтрально, 4) затрудняюсь ответить, 5) совершенно бесполезно.

Таким образом, окончательный вариант адаптированной методики содержит четыре части: 1 – оценка сессии в целом, 2 – примеры полезных действий клиента, терапевта, благоприятные эффекты, неблагоприятные действия и желаемые действия, 3 – поле для свободной рефлексии, 4 – блок на оценку личной эффективности и полезности заполнения формы.

Формулировки и структура «После-сессионной формы» позволяет ее легко трансформировать сообразно задачам, формату и аудитории, для которой она предназначена. Нами использовались варианты методики для участников терапевтических групп (семинаров), для слушателей онлайн курсов и для клиентов индивидуальной психотерапии.

«После-сессионная форма терапевта». «После-сессионная форма терапевта» была разработана с целью сбора информации о благоприятных и неблагоприятных событиях и действиях во время терапии глазами терапевта.

Авторская версия формы [154] состоит из трех блоков. В первом блоке терапевт оценивает сессию в целом, отвечая на четыре вопроса: 1) насколько способствующей или мешающей терапии была данная сессия для клиента в целом? 2) Как вы чувствуете себя по поводу данной сессии? 3) Насколько по вашим ощущениям клиент продвинулся в решении проблемы во время данной сессии? 4) Во время данной сессии что-то для клиента изменилось. Он что-то увидел иначе или почувствовали что-то по-другому, обновлено? Отвечая на данные вопросы, терапевту нужно отметить один из предложенных вариантов ответов.

Во втором блоке терапевту предлагается в свободной форме предлагается отметить: 1) Основные замечания по поводу сессии; 2) Теоретическую и методическую ориентацию (направление, подход, метод, на которые терапевт

ориентировался при проведении данной сессии); 3) Моменты, к которым необходимо вернуться на следующих сессиях.

В третьем блоке терапевт описывает: 1) два-три примера действий, предпринятые клиентом во время данной сессии, которые по ощущениям терапевта были особенно полезны: «Пожалуйста, напишите, что сделал ваш клиент во время сессии, что по вашим ощущениям было особенно полезным?» (действия клиента); 2) два-три примера действий, которые предпринял терапевт, позволившие клиенту достичь этого: «Пожалуйста, напишите, что вы сделали, если таковое имело место, что помогло клиенту этого достичь» (действия терапевта); 3) и описать терапию, то, к чему привели предпринятые действия, и почему терапевт их ощущает как эффективные: «Пожалуйста, напишите, почему вы почувствовали, что это действие было эффективным – к чему оно привело?» (благоприятный эффект). В заключительной части формы спрашивается о том, наблюдал ли терапевт неблагоприятные, мешающие или бесполезные моменты, и предположения о действиях, которые не были предприняты, но могли бы сделать сессию более эффективной.

В адаптированном варианте «После-сессионной формы терапевта» по отзывам и пожеланиям практикующих психологов и психотерапевтов нами был добавлен блок для свободной рефлексии, в котором специалисты фиксируют самые яркие (положительные или отрицательные) открытия, мысли, переживания, связанные с прошедшей терапевтической сессией.

Мы также разработали сокращенный вариант рефлексивной формы (Приложение Г), состоящей из одного блока, включающего шесть открытых вопросов: 1) ваши основные результаты и замечания по поводу терапевтической группы (семинара); 2) пожалуйста, напишите, что, по Вашему мнению, было особенно значимым в работе группы; 3) пожалуйста, напишите, какие Ваши действия этому способствовали? 4) Пожалуйста, напишите, какие действия участников группы Вы бы особенно отметили как благоприятные? 5) Были ли предприняты действия во время данной сессии, которые по Вашим ощущениям

являлись бесполезными? б) Есть ли у Вас варианты действий/способы, благодаря которым работа в группе была бы более эффективной для участников?

Методы обработки, анализа, интерпретации и представления данных.

Обработка результатов проведенного исследования производилась с помощью электронно-статистического пакета MS Excel с целью построения диаграмм, гистограмм, а также с целью выполнения особых дополнительных процедур корреляционного анализа для сводных таблиц с результатами. Метод семантического дифференциала «Форма персонализации в терапии» позволил построить семантическое пространство и координаты значений.

Для анализа и интерпретации данных нами были использованы качественные методы, которые в настоящее время применяются нашими зарубежными партнерами – мировыми лидерами в решении проблемы доказательности психотерапии [143, 154, 159, 163, 165, 170, 177, 179, 196, 222, 227]. В своих многочисленных статьях исследователи указывают, что сегодня можно рекомендовать значительный арсенал средств для сбора и анализа эмпирических данных, учитывающих реляционность помогающего процесса. При этом необходимо отметить, что это не просто набор методик, но пространство подходов. Ответственная реализация подхода, предпочитаемого конкретным исследователем, не означает невозможности применения достижений иных подходов. Это становится возможным как раз при учете реляционных аспектов помогающих практик и событий. М. Купер и Дж. МакЛеод [150] указывают следующие подходы из изученных и применимых в психологических исследованиях:

1) Тематический анализ. Гибкий подход, ориентированный на данные. В. Браун и В. Кларк [143] предоставляют доступное поэтапное описание процесса из шести этапов: 1. Ознакомление с данными; 2. Генерация исходных кодов; 3. Поиск тем; 4. Рецензирование/рассмотрение тем; 5. Определение и наименование тем; 6. Составление отчёта [143];

2) Обоснованная теория К. Шармац, А. Штраусс и Дж. Корбин [148, 182]. Широко используемый качественный метод, определяющий диапазон стратегий,

ориентированных на «обоснование» данных в процессе создания модели или теории, и иллюстрирующий взаимосвязи смысловых категорий;

3) Феноменологический анализ К. Мустакас [205]. Опираясь на феноменологическую традицию в философии, этот подход позволяет исследователю описывать значимые особенности опыта или явления;

4) Интерпретативный феноменологический анализ Дж Смит, П. Флауэрс и М. Ларкин [222]. Качественный метод, феноменологический и «обоснованный», и в то же время побуждающий исследователя разрабатывать теоретическую интерпретацию того, что было обнаружено. ИРА так же призывает быть внимательным к различиям случаев, респондентов; может быть использован при анализе маленькой выборки (1–5 участника), что позволить более тщательно исследовать индивидуальные различия.

5) Согласованное качественное исследование К. Хилл [149, 185] Данный подход подобен перечисленным выше, но обладает двумя отличительными особенностями. Исследователь определяет, на основании предварительного изучения соответствующей литературы, широкие области, которые используются для запуска начального/исходного уровня организации данных. Кроме того, подобное исследование всегда осуществляется маленькой группой исследователей под руководством внешнего эксперта «аудитора».

6) Метод феноменологической интерпретации А. Джорджи [180] – метод интерпретации отдельно взятого текста.

В нашем исследовании мы придерживались тематического анализа [143], интерпретативного феноменологического анализа [222], феноменологического анализа [205] и метода феноменологической интерпретации [180]. В процессе анализа данных выявлялись и формулировались смыслы рефлексии респондентов. Согласно процедуре феноменологического анализа в текстах выделялись смысловые единицы, выделенным смысловым единицам приписывался заголовок и все тексты, имеющие этот же смысл, формировались в смысловой блок, после этого смысловые блоки интерпретировались (переводились на приемлемый профессиональный язык) в результате чего формировалось краткое

феноменологическое описание (понимание) отрефлексированного процесса. Темы и смыслы, встречающиеся единично, комбинируются при возможности с другими, как это рекомендовано К. Хилл, Б. Томсон и И. Вилльямс [185].

Обратим внимание, что в нашем исследовании используются качественные данные. Количественные оценки, подтверждающие статистические гипотезы, непосредственно на данном этапе исследования не проводились, поскольку проблематика исследования не подразумевала формулировку статистических гипотез. Мы уже отмечали ранее, что статистический анализ тенденций изменений, доказательства эффективности помогающего процесса и статистический анализ проблемы аутентификации возможны только в случае сбора больших массивов данных, изучения массива однородных событий помогающих и/или обучающих процессов, пространств, практик. В реальной психотерапевтической практике изучаются отдельные случаи, и весь процесс психотерапия оценивается в качественном отношении. Выявляются внутренние тенденции, проводится анализ, пересматриваются реакции, ответы, стереотипы привычного поведения в конкретном случае от его начала до его конца. Иными словами, задачей исследователя, преподавателя, тренера, психотерапевта заключается в прояснении того, что в определенном случае имеет смысл «считать», учитывать как значимые события и процессы.

На каждом этапе исследования результаты феноменологической интерпретации обобщаются в виде, требуемом для экспертной оценки. Для визуального представления результатов на предмет соотношений (соответствий) определенных смыслов, действий, свидетельствующих о наличии изменений, эффектов был использован принцип построения процессуальных карт, разработанный М. Купер и Дж. МакЛеод [150, 154], и принцип построения гистограмм. Схематический вид процессуальных карт и гистограмм позволяет наглядно представить эффективность терапии и/или обучения, через соответствие смыслов, целей, ожиданий.

2.4 Опыт зарубежных феноменологических исследований с использованием рефлексивных данных

Исследование проблемы аутентификации требует особого феноменологического подхода к работе с рефлексивными данными, позволяющего качественные данные идентифицировать, систематизировать и интерпретировать в смысловом отношении.

В современных зарубежных психологических исследованиях, посвященных изучению проблемы доказательности эффективности помогающих психологических пространств, особое внимание уделяется качественным феноменологическим методам исследования. В параграфе 2.3 мы отмечали существующие феноменологические подходы к дизайну исследований, сбору и анализу данных. В данном параграфе мы акцентируем внимание на проблеме качественных исследований в сфере помогающих психологических практик.

На настоящий момент в мире существует ряд специализированных научных журналов (например, «Metaphor and Symbolic Activity», «Psychotherapie und Sozialwissenschaft – Zeitschrift für Qualitative Forschung», «Psychoanalyse – Texte zur Sozialwissenschaft»), деятельность которых развенчивает миф о том, что качественные исследования не обладают надежностью и «объясняют» лишь единичные случаи. Международный и многоязычный онлайн журнал FQS (Forum Qualitative Sozial/Forum: Qualitative Social Research), трижды в год публикует результаты многочисленных качественных исследований. Современные психологические исследования показывают, что теперь основной вопрос стоит не в «понимании» или «объяснении» феноменов, а в построении интерактивно-контекстуальной модели того, что происходит в процессе терапевтических встреч [234]. М.Б. Буколец [144] в обзоре на книгу «Qualitative Psychotherapy Research: Methods and Methodology» Дж. Фроммер и Д. Ренни пишет, что дихотомия понимания–объяснения в науке уже преодолена, и даже количественным исследованиям необходима качественная методология. Качественные

исследования, достигнув нового научного стандарта, прочно занимают свою позицию в сфере не только исследований, но и профессиональной подготовки.

Обзор литературы показывает, что широкую актуальность приобретают феноменологические исследования процессов психотерапевтических изменений на предмет помогающих аспектов в различных видах терапии [136, 150, 156, 172, 183, 184, 204, 215, 230]. Мировые лидеры в области психотерапевтических исследований (М. Купер, Дж. МакЛеод, Р. Эллиотт, Л. Тимулак, Д. Ренни и др.) отмечают ряд преимуществ качественных исследований: подобные исследования берут начало в практике, и, следовательно, разрабатываются на основании реальных практических запросов. Результаты таких исследований дают информацию психотерапевтам и консультантам об эффективности широкого спектра методов и методик, которые использует специалист в своей практике. Более того, проведение подобных исследований доступно практикующим специалистам, поскольку они могут осуществляться с участием небольшого количества участников. В конечном счете, качественные исследования процессов психотерапевтических изменений направлены на понимание, каким образом происходят определенные изменения в психотерапии или в иных других помогающих процессах. По словам Р. Эллиотт [172] результаты подобных исследований должны выходить за пределы научных целей для того, чтобы у специалистов был доступ к более целостному пониманию процессов и возможность сформулировать руководства к практическому применению.

В недавних статьях, посвященных помогающим и препятствующим терапии аспектам в консультировании больных онкологическими заболеваниями, авторы [203, 204, 224] настаивают на позиции феноменологического подхода и предлагают качественный анализ после-сессийных форм. Основную задачу исследователи видят в идентификации ряда терапевтических вмешательств и стратегий, которые могут быть благоприятными или неблагоприятными клиенту с диагнозом рака груди.

Ряд актуальных исследований посвящен разработке качественных методик сбора данных [140, 171, 198, 218, 227]. Качественные методики позволяют

фиксировать рефлексивные данные всех участников терапевтического процесса, как клиентов, так и терапевтов. Преимуществами работы с такими данными исследователи видят в том, что они позволяют максимально точно идентифицировать благоприятные и неблагоприятные действия во время терапии как на микроуровне – непосредственно во время терапевтических сессий, так и на макроуровне – на протяжении всего периода терапии.

В исследованиях значимых событий в психотерапии и консультировании вообще и в работе с частными случаями: переживание утраты, горя, депрессии, в случаях с онкологическими и иными заболеваниями, угрожающими жизни, авторы [203, 204, 211, 215–217, 221, 224, 225] предлагают использовать описательный и интерпретативный метод как основной с применением качественных методик для сбора данных, например, полуструктурированных интервью, поскольку статистические методы в данном случае являются неэффективными и могут быть проведены только в случае больших массивов данных [167, 216]. Рандомизированные клинические испытания не составляют достаточный фундамент для практической деятельности, основанной на доказательности, поскольку они фокусируются на утверждении наличия причинной связи между психотерапевтическим вмешательством и изменениями, но не конкретизируют природу этой связи и самих изменений [170].

Качественный мета-анализ большого объема качественных данных позволяет обобщать ключевые выводы проведенных исследований в области доказательности эффективности помогающих психологических пространств, выявить ограничения подобных исследований и планировать новые проясняющие исследовательские проекты [136, 186, 201, 217, 229, 231].

2.5 Описание источников данных и выборки исследования

По замыслу нашего исследования процедура аутентификации проводилась в разнообразных контекстах и с использованием различных источников данных. Основными источниками данных служили:

1. Психотерапевтические группы (организованные и проведенные в г. Кемерово на базе Автономной некоммерческой организации «Психологический центр «Семья» и в г. Томске в «Центре Практической Психологии»);

2. Образовательный онлайн курс «Гениальность. Одаренность. Посредственность» на платформе «Лекториум» (<https://www.lektorium.tv/>) и его вариант на английском языке «Genius. Talent. Golden Mediocrity» на платформе «Iversity» (<https://iversity.org/>);

3. Онлайн программы повышения квалификации ИДО ТГУ «Психология самореализации и творческой самоидентичности», «Психология инициативности, самобытности и эффективности. Воспитание творческой индивидуальности»;

4. Социотерапевтические группы с подростками (г. Кемерово, Автономная некоммерческая организация «Психологический центр «Семья»);

5. Практические случаи семейной и индивидуальной терапии (г. Томск, «Центр Практической Психологии»);

6. Исследовательские помогающие семинары (г. Томск).

Всего было собрано 658 экземпляров различных вариантов до- и после-сессионных форм. Всего проанализировано и опубликовано результатов по обработке 489 экземпляров форм:

- форм целей – 79 экземпляров,
- форм оценки целей – 104 экземпляров,
- рефлексивных после-сессионных форм клиентов – 217 экземпляров,
- рефлексивных после-сессионных форм терапевтов – 20 экземпляров,
- форм персонализации в терапии – 69 экземпляров.

В исследовании добровольно приняли участие: 487 человек в возрасте от 11 до 50 лет. Всем участникам было предоставлено письмо с информированным согласием об участии в исследовании, детально описывающее процедуру исследования, возможные риски и неудобства.

Участников исследования можно условно разделить на следующие группы:

1) участники психотерапевтических групп (63 человека);

2) участники образовательных онлайн курсов и онлайн программ повышения квалификации (330 человек). Участники добровольно заполняли рефлексивные формы в режиме онлайн;

3) участники социотерапевтических групп (20 человек);

4) участники семейной и индивидуальной терапии (5 человек);

5) участники исследовательских помогающих семинаров (69 человек).

2.6 Описание контекстов проведения исследования

В нашем исследовании мы рассматриваем различные помогающие психологические пространства (психотерапии и обучения) не для того, чтобы усовершенствовать психотерапию или педагогику, но с целью изучения проблемы психологической аутентификации в социальных практиках, где различные психологические практики выступают моделями и условиями, позволяющими исследовать вопросы идентичности, аутентичной мотивации (вовлеченности), активности, инициативности и эффективности человека, входящего в психологическую или образовательную деятельность.

Психотерапевтическое пространство «Интенсивная терапевтическая жизнь» доктора А.Е. Алексейчика. Одним из первых случаев исследования аутентификации, применения метода оценки значимых событий и комплекса рефлексивных методик для эмпирического доказательства полезности действий в помогающем пространстве в России было исследование групповой экзистенциальной терапии. Исследование проводилось в группе «Интенсивная терапевтическая жизнь. Интенсивная терапевтическая вера», состоявшейся в 2014 г. в городе Кемерово. Автор подхода и ведущий группы – А.Е. Алексейчик [4–6, 74, 115].

А.Е. Алексейчик практикует психотерапию с шестидесятих годов прошлого века. Его авторский подход «Интенсивная терапевтическая жизнь» (ИТЖ) и в теории и в практике оказал и продолжает оказывать большое влияние на развитие психологической помощи вообще и экзистенциальной терапии в частности

(в отношении России и восточной Европы). «ИТЖ является своего рода эталоном, с которым соотносят собственные стили работы современные психотерапевты. ИТЖ является важной частью истории психотерапии в России, оказывает решительное влияние на обучение психотерапевтов» [81, с. 52]. Подход А.Е. Алексейчика характеризуется тщательно проработанным спектром уровней организации терапевтического процесса, как с точки зрения теории, так и практики «тенденцией к авторской (усилиями ведущего) интенсификации активности участников в контексте свободы и ответственности, большим количеством терапевтического материала» [81, с. 52]. А.Е. Алексейчик виртуозно включает в работу различные теоретические основы без потери собственных оснований и собственной уникальности.

К общепсихологическим принципам работы А.Е. Алексейчика и целям, ценностям и основаниям ИТЖ можно отнести следующие:

1) Погружение в жизнь от биологической до духовной. Жизнь всеобъемлюща, целебна и является источником исцеляющей энергии. Инициирование активности и вовлеченности человека в условиях, способствующих раскрытию потенциала и реализации возможностей. Переход от возможней, выступающих источниками активности, к действительности.

2) Погружение в гармоничность и терапевтичность жизни. Вовлеченность идентифицируется как аспект развития и роста. Пересмотр и анализ своих взглядов, реакций, паттернов поведения, позволяет человеку быть действительным и присутствующим в жизни, восполняя дефициты эмпатии, принятия, преодолевая неаутентичное экзистирование.

3) Погружение в интенсивность жизни, когда все движется и меняется подобно законам самой жизни, и все происходит вовремя, к месту. Интенсивность жизни способствует активности, инициативности, вовлеченности.

Первый этап исследования в группе ИТЖ был посвящен аутентификации целей участников групповой экзистенциальной терапии основаниям и целям терапевта и терапевтического подхода. В групповой терапии особое значение придается интенсивности, интенсификации жизни и изменениям целей и

отношений. На втором этапе исследования в этой же группе проводилась аутентификация полезности и эффективности групповой психотерапии в экзистенциальном подходе.

Описание участников терапевтической группы. Формат психотерапевтической группы подразумевает наличие внутреннего круга (участников группы) и внешнего круга (наблюдателей). В исследовании приняли участие 10 участников группы и 9 наблюдателей. Общая продолжительность психотерапевтической работы 4 дня (30 часов). 63% участников исследования являются профессионально практикующими психологами, профессиональная деятельность 21% участников имеет отношение к психологии, профессиональная деятельность 16% участников отношения к психологии не имеет. Участники в качестве запросов отмечали различные трудности во взаимоотношениях, в вопросах самоопределения и идентичности, разрешения кризисных ситуаций и другие.

Процедура сбора данных на терапевтической группе. Сбор данных на первом этапе работы группы осуществлялся с помощью методики «Форма целей». Участники в свободной форме описывали две-три самые главные задачи, проблемы и/или цели, в разрешении которых им нужна помощь. Затем по шкале от 0 до 9 указывали степень ожидаемости результата, степень напряженности проблемы, связанной с целью, и степень озабоченности проблемой. В процессе терапевтической работы участники оценивали достижение целей в «Форме оценки целей» по шкале от 0 до 7. В исследовании этой группы данная методика заполнялась дважды – после второго терапевтического дня группы (промежуточная оценка целей) и после четвертого дня (итоговая оценка целей).

В процессе терапии, а именно в завершении первого, второго и третьего терапевтических дней, всем участникам исследования было предложено в свободной форме заполнить рефлексивную «После-сессионную форму», отвечая на предложенные вопросы. Ведущий группы после-сессионные формы не заполнял, однако стиль работы А.Е. Алексейчика включает постоянные «отчеты»

ведущего о своих действиях и интенсивную рефлекссию в самом процессе работы группы.

Полученные рефлексивные данные, содержащиеся в заполненных формах были проанализированы феноменологическими методами, полученные описания сгруппированы по темам. Результаты представлены в виде гистограмм и процессуальных карт (см. §3.2.1).

Пространство индивидуальной психотерапии. Описание запроса на терапию и психотерапевтического подхода. Случай индивидуальной психотерапии представлен психологом-консультантом и автором диссертации с информированного согласия клиента. В данном разделе мы не представляем случай подробно, а актуализируем проблему аутентификации целей, оснований, ожиданий и эффективности психологической помощи в процессе индивидуальной терапии. В ходе работы психолог создавал пространство, способствующее формулированию конструктивной вовлеченности клиента в процесс консультирования, с целью выявления соответствия ценностей клиента и того, чему он посвящает жизнь в действительности, и идентификации условий, способствующих изменениям, развитию и росту.

Коротко обозначим, что индивидуальная терапия проводилась с клиенткой Т., 27 лет, обратившейся к психологу с просьбой оценить возможности смены профессиональной деятельности. Т. сообщила, что недовольна своей деятельностью, подавлена текущим положением дел: «Я поняла, что это – не моё!». Мечтает радикально изменить жизнь и заняться творчеством – живописью или прикладными видами творчества. На предварительной консультации между клиентом и терапевтом была достигнута договоренность работать в терапии с применением арт-терапевтических методов два месяца (от шести до восьми встреч).

Теоретическую основу психологической практики психолога составляют: экзистенциальный подход и принципы «Интенсивной терапевтической жизни» А.Е. Алексейчика, терапия творческим самовыражением М.Е. Бурно, плюралистический подход в психотерапии и консультировании М. Купер и

Дж. МакЛеод, трансвременная психология О.В. Лукьянова и подход «Интенсивная творческая жизнь» (О.В. Лукьянов, А.А. Стайпек).

Психолог работает с различными художественными средствами арт-терапии – живопись, графика, каллиграфия и др. и развивает авторское направление «Терапия небом», как сочетание психологической помощи, искусства и экзистенциальной философии Ф.М. Достоевского, Н. Бердяева, И. Ильина, Л.Н. Толстого, Митрополита Антония Сурожского. Основные фундаментальные принципы практики психолога можно сформулировать следующим образом:

1) Терапевтичность творческой жизни – целостность и согласованность измерений творческой жизни гениальности, одаренности, посредственности. Гениальность – близость к основаниям, первичность, целостность; проявляется в инициативе. Одаренность, талантливость – это чувствительность к миру, уникальный «канал связи» с миром; проявляется как призвание, тождественность с миром, сверхмотивация. Посредственность – обладание средой, средством, инструментом; проявляется как техническая эффективность. Эти три модуса экзистенции симфонизируются особой человеческой активностью (творчеством).

2) Творчество – основание для обновления, а обновление – основание для здоровья. Реализация и сбережение своего личностного потенциала.

3) Погружение в интенсивность творческой жизни – развитие индивидуальной творческой жизни; чувствительность к своему ритму, желаниям, ощущениям, мыслям, решениям.

4) Согласованность измерений бытия-в-мире человека: физического, социального, психологического и духовного.

Процедура и методы сбора данных в индивидуальной терапии. В исследовании проблемы аутентификации в индивидуальной психотерапии для сбора данных использовались следующие методики: «Форма целей», «Форма оценки целей», «После-сессия форма клиента», «После-сессия форма терапевта», «Форма персонализации в терапии».

На первой консультации психолог предложила Т. обозначить цели на терапию, заполнив «Форму целей». «Формы оценки целей» заполняется дважды – на четвертой терапевтической сессии и на последней восьмой сессии.

На протяжении всего периода психотерапии в конце каждой сессии Т. заполняла «После-сесссионную форму клиента» и «Форму персонализации в терапии». В конце каждой сессии терапевт заполнял «После-сесссионную форму терапевта». До начала следующей сессии психолог фиксировал и анализировал данные ранее заполненных «После-сесссионных форм клиента» и «Форм персонализации в терапии» для уточнения динамики терапии, потребностей клиента и соответствия целей клиента на терапию основаниям подхода. Также в процессе работы психолог делал комментарии о своих действиях, вел интенсивную рефлекссию во время консультаций и после них.

Полученные рефлексивные данные были проанализированы феноменологическими методами. Результаты исследования аутентификации в случае индивидуального консультирования представлены в виде гистограмм и процессуальных карт (см. §3.2.2)

Социотерапевтическое пространство. Социотерапевтические пространства являются ответом на существующие дефициты пространств, ориентированных на развитие, смыслотворчество, социальную инициативу и ответственность перед временем жизни; на преодоление экзистенциальной изоляции и отчуждения человека от мира [51–53, 82, 86, 89, 197]. Изоляция, то есть отчуждение человека от мира, часто связана с тем, что ребенок или взрослый не переживал в своей жизни аутентичного единства с миром и людьми.

В своих исследованиях и в практической работе с подростками Т.Н. Карпунькина [52, 53, 197] предполагает, что создание социотерапевтических пространств необходимо для решения проблем бессмысленности жизни и преодоления актуальных дефицитов самоопределения, связанных с рисками отчуждения, а именно: восполнения дефицита эмпатии, дефицита воли и дефицита социальной инициативы. Т.Н. Карпунькина и Н.В. Алафи́ровская при

организации социотерапевтического пространства предлагают придерживаться следующих принципов [53]:

1) Принцип со-ответствия – «содержание, форма взаимодействия должны соответствовать запросу каждого из присутствующих и ответственность за это лежит на всех одновременно» [53, с. 78]. В таких условиях невозможно избежать необходимости согласования и сопричастности.

2) Принцип со-бытия – «внимание к событиям, осознание конкретного времени, конкретных смыслов переводит с абстрактно-философского разговора о жизни непосредственно к жизни» [53, с. 78]. В плоскости действий событие превращается в со-бытие, а совместное преодоление трудностей порождает сотрудничество.

3) Принцип со-творчества – «подлинно образовательное время способно родиться только в спонтанности, в открытости опыту» [53, с. 78], а «доверие себе, миру пробуждает инициативу, силу и желание жить» [53, с. 78].

4) Принцип со-временности – «признание важности времени, его ограниченности и многогранности позволяет надеяться на существование ориентиров «своего» времени» [53, с. 78]. «Соотнесение «своего» времени с временами других людей, с культурой и обществом в целом, раздвигает горизонты смыслотворчества и позволяет жить подлинной, аутентичной жизнью» [53, с. 78].

Социотерапевтическое пространство нередко принимает формат психологического путешествия. Экзистенциальная изоляция связана с отсутствием опыта совместного путешествия. Путешествие подразумевает инициативу и ответственность участников за совместную жизнь. Участники обсуждают некоторые вопросы путешествия, среди которых могут быть: маршрут, детали распорядка, режим дежурств и пр. Для многих подростков и взрослых опыт контроля над процессом совместной жизни является полезным [197]. Путешествие в ландшафтах, освобождает участников от телефонов, компьютеров, телевизоров. Время заполняется творческими практиками, в том числе творческими психологическими практиками. Такое пребывание открывает

«talantы» участников. Для многих подростков и взрослых интенсивность жизни в таком совместном творчестве превышает их «творчество» в повседневности. Помимо этого, творчество открывает большую интенсивность и социальность жизни. В социотерапии создается опыт совместного творчества повседневности, которого участники не имеют в своей естественной среде. То есть создаются условия для совместного труда индивида на собственную пользу (А.С. Макаренко).

Исследование проблемы аутентификации в социотерапевтическом пространстве проводилось нами в группе формата психологического путешествия. В исследовании выявлялись соответствия целей, оснований и ожиданий участников целям, основания и ожиданиям ведущих, выявлялись благоприятные и неблагоприятные терапевтические эффекты, позволяющие делать предположения о полезности подобной практики, об условиях психологического обновления, вовлеченности и инициативности (результаты см. в §3.2.3)

Исследование в подростковой социотерапевтической группе. Исследование проблемы аутентификации полезности социотерапии в подростковой социотерапевтической группе позволило нам сформулировать проблему экзистенциальной фрустрации идентичности и экзистенциальной фрустрации аутентичности.

Понимание полезности, основывающееся на мнениях авторов (терапевтов, педагогов, психологов) мы дополняем пониманием полезности, основанном на доказательствах, предполагая, что рефлексивные мнения подростков являются достаточно хорошими данными для анализа смыслов и направлений полезности социотерапевтических практик. Группу подростков, с которыми проводились занятия, можно охарактеризовать как переживающих сильную экзистенциальную фрустрацию. При обращении за помощью они говорили о том, что не видят смысла в своей жизни и не верят в эффективность своих усилий, не знают, как им быть в отношениях с родителями, не включены в социальную жизнь и т.д. Критериями интерпретации социотерапевтического опыта мы выбрали

экзистенциальную фрустрацию идентичности и экзистенциальную фрустрацию аутентичности. Экзистенциальная фрустрация идентичности в социотерапевтическом опыте преодолевается опытом удивления, открытия. При феноменологическом анализе рефлексивных данных мы формировали полезные эффекты этого рода в список тем. Экзистенциальная фрустрация аутентичности преодолевается опытом очевидности, доказательства, подтверждения. Полезные эффекты опыта аутентификации мы формировали в виде списка смыслов рефлексии подростков – участников социотерапевтических программ.

Материалы, методы и процедура обработки данных в исследовании подростковой социотерапевтической группы. Методической основой исследования полезности являются работы Л. Райс и Л. Гринберг [208], Л. Тимулак [229–231], Р. Эллиотт [164–173], М. Купер и Дж. МакЛеод [150, 154]. Главным принципом такого рода исследований является гипотеза о том, что предпочтения и оценки клиента являются достаточно хорошими и достоверными данными для анализа действительности. Исследуемыми материалами, как правило, являются тексты, созданные в виде рефлексивных мнений и ответов со структурированных и полуструктурированных интервью.

В данном исследовании рассматриваются материалы, собранные на протяжении довольно длительного времени. В качестве материалов использовались тексты, создаваемые подростками, участвовавшими в социотерапевтических мероприятиях. Всего за 15 лет работы объединения в социотерапевтических программах участвовали более двух тысяч детей и подростков. За последние несколько лет подростками было составлено несколько десятков текстов, которые впоследствии были проанализированы в исследовании. В данной статье представлены результаты феноменологического анализа 20 и рефлексивных текстов, написанных по итогам завершения полугодовой программы.

Мы располагали большим количеством текстов, поэтому их анализ проводился в несколько этапов:

1) Прочтение текстов, их понимание и отбор для более подробного феноменологического анализа.

2) Отбор текстов, отражающий наибольший репертуар смыслов опыта и точек зрения.

3) На втором этапе тексты анализировались по отдельности с целью выделения содержащихся в них смыслов и тем.

4) Обнаруженные темы и смыслы интерпретировались в свете проблематики событий самоидентификации и событий аутентификации.

5) Сформулированные смыслы опыта самоидентификации и аутентификации интегрировались в общий список, при этом каждому обобщенному смыслу придавалось некоторое численное значение (вес в порядке убывания), выражающее частоту и интенсивность встречаемости в текстах.

Результаты анализа и выводы представлены в таблицах 9 и 10 (см. §3.2.4).

Пространство онлайн образования. Пространство онлайн обучения было организовано благодаря реализации онлайн курса «Гениальность. Одарённость. Посредственность» на онлайн платформе академического образовательного проекта «Лекториум» и в форме электронного университета MOODLE в ТГУ [80], и аналогичного курса на английском языке «Genius. Talent. Golden Mediocrity» на платформе «Iversity». Оба курса были запущены в 2015 году, в 2016 году русскоязычный курс был перезапущен дважды.

Курс «Гениальность. Одаренность. Посредственность» был разработан авторами в Томском государственном университете и направлен на формирование тенденции к интенсификации творческой жизни, на психологическое обоснование (восстановление оснований) практик идентификации человека с творчеством, помощи в переживании кризисов, реализации и сбережения человеческого, личностного потенциала.

Основная цель курса заключается в феноменологическом описании гениальности, одаренности и посредственности как специфических измерений человеческой жизни и в устранении недоразумений и ошибок здравого смысла, существующих на предмет данных феноменов.

Главная мысль и гипотеза этого курса: гениальность, одаренность и посредственность – это различные (перпендикулярно направленные) по отношению друг другу измерения человеческого бытия. Их следует изучать в согласованности проявлений. «Специфические проявления этих модусов таковы: гениальность – близость к основаниям, первичность, целостность; проявляется в инициативе. Одаренность, талантливость – это чувствительность к миру, уникальный «канал связи» с миром; проявляется как самобытность, особенности творчества, призвание, тождественность с миром, способность к повторению творческого усилия (сверхмотивации). Посредственность – это обладание средой, средством, инструментом; проявляется как техническая эффективность» [78, с. 246]. Симфонизируются эти три модуса благодаря творчеству – особой человеческой активностью [82]. Вместе они создают пространство творческой жизни, а взятые по отдельности – травмирующие, опустошающие и истощающие человека формы тревоги.

В качестве основного метода используется феноменологический метод – критическое рассматривание проявления изучаемых нами «измерений» (феноменов), чтобы, отбросив все «наведенное», увидеть характерное, необъемлемое; понять и выразить на доступном языке структуру устойчивости (оснований) творческой активности, то, что есть, было и будет в психологии творческой жизни.

Материалами для создания курса служили примеры согласованности проявлений гениальности, одаренности и посредственности в произведениях, биографиях, творческих практиках. Ссылки на самые интересные по мнению авторов примеры и истории вошли в список рекомендуемых и дополнительных источников.

Курс носит интерактивный характер и предполагает высокую активность участников в обсуждениях на форуме. Согласно тематике и структуре курса участникам предлагается выполнять творческие задания (исследовать какой-либо вопрос и написать небольшую работы по заданной проблеме), и несколько вариантов дополнительных заданий и заданий на самооценку. Дополнительные

задания слушатели оценивали по следующим шкалам, разработанным авторами курса, по пятибалльной системе: добросовестность выполнения задания, честность выполнения и результативность. Также слушателям предлагалось написать небольшое сообщение о своих наблюдениях, открытиях, сомнениях и отзыв о курсе в целом на текущий момент. Временные рамки на выполнения творческих заданий ограничены календарным планом курса, а дополнительные задания и задания на самооценку участники имеют возможность выполнять в своем индивидуальном ритме.

Теоретическая и практическая части курса строились таким образом, чтобы слушатели раскрывали новые смыслы уже знакомых явлений, в центре внимания является не только структура творческой жизни, но и реализация своего личностного потенциала, проблема переживания кризисов, развитие личной творческой жизни.

Первый запуск курсов «Гениальность. Одарённость. Посредственность» и «Genius. Talent. Golden Mediocrity». По завершении первого запуска данных курсов мы изучали, как соотносятся результаты успеваемости с активностью слушателей, посредством сопоставления результатов выполнения оцениваемых заданий, неоцениваемых заданий на самооценку, неоцениваемых дополнительных заданий и степенью активности участия в обсуждениях на форуме.

Средовой фактор – формат онлайн обучения, играет значимую роль. Создание реляционных моделей посредством оценки значимых событий и выявления благоприятных и неблагоприятных эффектов позволяет определить, что для слушателей является наиболее эффективным в обучении, что позволяет им «задержаться» на курсе и завершить его, какие дефициты актуализируются в процессе онлайн обучения, какова природа и особенности психологической дистанции в дистанционном обучении.

Общее количество слушателей обучавшихся на онлайн курсах:

а) первая группа на платформе «Лекториум»: зарегистрированных слушателей 2598 человек, завершивших обучение 188 человек;

б) вторая группа на платформе «Iversity»: зарегистрированных слушателей 3532 человека, прослушавших и завершивших курс 154 человека.

Выборку нашего исследования составили 284 человек из двух групп. В выборку вошли слушатели, успешно завершившие курс (244 человек) и группа из 40 человек, не набравшие минимального порога для прохождения курса, но проявлявшие активность в процессе обучения (в обсуждениях на форумах).

Мы условно разделили слушателей на четыре группы в зависимости от их успеваемости по формальным признакам, оцененным в набранных баллах за выполнение заданий:

1. «Отличники» – слушатели, прошедшие курс на 90 – 100%;
2. «Хорошисты» – слушатели, прошедшие курс на 75 – 90%;
3. «Троечники» – слушатели, прошедшие курс на 60 – 75%;
4. «Двоечники» – слушатели, не набравшие минимального количества баллов для успешного завершения курса.

Категории разработанных заданий для слушателей:

1. На оценку системой:

- проверочные тесты после каждой лекции (всего 9 тестов);
- творческие задания (всего 9 заданий).

2. Задания без оценивания системой:

- задания на самооценку (всего 8 заданий);
- дополнительные задания (всего 6 заданий);
- активность на форуме (публикация новых тем, обсуждений).

Второй запуск курса «Гениальность. Одарённость. Посредственность».

Перезапуск курса «Гениальность. Одарённость. Посредственность» был осуществлён на онлайн платформе «Лекториум» в 2016 году. Общее количество зарегистрированных слушателей: 2734 человека; завершивших обучение: 40 человек.

На данном этапе нами исследовались полезные эффекты и самоэффективность слушателей. Для этого во время прохождения курса слушателям по желанию после каждого обучающего модуля было предложено

заполнять «рефлексивную форму слушателя онлайн курса» (всего 3 формы). Формы были размещены в облачном сервисе «Google Form». Доступ к очередной форме открывался при завершении каждого лекционного модуля.

В исследовании принимали участие 31 человек с платформы «Лекториум» и 15 слушателей с платформы электронного университета MOODLE ТГУ. Всего было заполнено 35 рефлексивных форм. Результаты и выводы исследования аутентификации в онлайн обучении представлены в главе 3, §3.2.5.

Выводы по главе 2

Во второй главе диссертации приведено обоснование выбранной методологии и методов исследования, описан дизайн исследования, используемые методики сбора данных, методы интерпретации и представления результатов. Представлены результаты анализа опыта феноменологических исследований ведущих зарубежных исследователей, описана выборка исследования и источники данных. Значительная часть главы посвящена описанию помогающих и образовательных контекстов для проведения эмпирического исследования.

Основные результаты по второй главе диссертации сформулированы следующим образом:

1. Системно-антропологический подход и плюралистический подход позволяют исследовать проблему аутентификации, соответствия и рисков аутентичности (изолированности практики) в различных психологических пространствах.

2. Качественные феноменологические методы составляют надежное методологическое основание для процедуры аутентификации. Нами адаптирован комплекс методик сбора рефлексивных данных для проведения качественных исследований, позволяющий формулировать статистические гипотезы на основании достигнутых результатов.

3. Разработана, испытана и описана в соответствующем разделе второй главы процедура аутентификации в различных психотерапевтических пространствах и в пространстве онлайн образования на основании рефлексивных данных.

3 Результаты эмпирического исследования аутентичности помогающих психологических пространств

В нашем исследовании психотерапевтические пространства и образовательное пространство в формате дистанционного образования мы рассматриваем как психологические практики, условия, способствующие психологическим трансформациям и изменениям, то есть определяющим идентификацию, точнее тенденции идентификации. Участниками психологических практик являются клиенты психотерапии, слушатели онлайн курсов, психотерапевты и консультанты, преподаватели курсов и ведущие семинаров (психологических и образовательных).

Данная глава посвящена описанию результатов эмпирического исследования аутентичности в пространствах психотерапии, социотерапии и дистанционного образования. Показаны варианты представления рефлексивных данных для экспертизы с опорой на рассмотренные случаи аутентификации. Сформулированы рекомендации для систем образования и экспертизы, а также описаны технологии анализа когнитивной активности человека.

В общепсихологическом смысле данное исследование направлено на выявление разнообразия критериев аутентификации в различных практиках, то есть в различных «реляционностях», отношениях. Мы предполагаем, что критерий аутентичности должен соответствовать смыслу отношений. Это – одно из воплощений принципа системно-антропологической психологии и теории психологических систем В.Е. Ключко, утверждающего, что в основе отношений лежит соответствие. Аутентификация в этой связи, есть экспликация базальных соответствий из рефлексии отношений.

3.1 Процедура аутентификации в пространстве психотерапии и онлайн образовании

Процедурно способ аутентификации в психологических пространствах включает психологическое тестирование, опрос участников и анализ

реляционных моделей психологического взаимодействия. Набор оценочных категорий формируется на основе соотношения ожидаемых и осуществленных оценок психологической практики психотерапевтом (преподавателем, ведущим семинара, консультантом) и клиентом (обучающимся, участником группы), для чего эксплицируются основания и ожидания психотерапевта и основания и ожидания клиента, и формируется синтаксис описания взаимоотношений между психотерапевтом и клиентом с учетом их значимости. При этом последовательно осуществляются следующие процедуры: а) сбор рефлексивных описаний с помощью специально разрабатываемых рефлексивных методик (опросных листов), б) интерпретация рефлексивных описаний по процедуре феноменологического анализа и формулирование содержащиеся в них основных смыслов, в) выражение выявленных смыслов в общепринятых категориях и соотношение их друг с другом по принципу синонимии. В результате полученные оценочные категории представляются в форме текстовых описаний, таблиц или графических изображений, по которым оценивается эффективность психологической и терапевтической активности терапевта, психологической и терапевтической активности клиента, помогающего психологического пространства в целом.

Благодаря методу оценки значимых событий мы можем оценивать динамику состояний отдельного клиента, слушателя или целой группы от одной психотерапевтической сессии (или обучающего модуля в случае образовательной практики) к другой даже в случаях психотерапевтических подходов с высокой степенью интуитивности по результатам рефлексивных описаний. С рефлексивными данными психотерапевт (преподаватель, ведущий семинара, консультант) может работать и между сессиями (обучающими модулями). Такой способ позволяет производить наблюдение за участниками психологической практики в динамике во время всего периода, качественно оценивать эффективность выбранного направления (терапевтического метода, подхода, тактики), своевременно его корректировать и адаптировать совместно с клиентом (участником семинара или обучающего курса).

Ценность метода оценки эффективности психологической практики лежит не в том, что предлагается метод подсчета (методы подсчета в области полезности помогающего процесса составляют отдельную исследовательскую область [144, 150, 167]), а в прояснении того, что в конкретном случае практики имеет смысл «считать», учитывать как значимые события и процессы.

Результаты наших исследований показывают целесообразность использования методов сбора качественных данных в различных психологических контекстах с целью получения многообразия данных для анализа, поскольку универсальных критериев полезности, эффективности быть не может и каждый отдельный контекст необходимо аутентифицировать.

Результаты применения рефлексивных форм. Участникам психотерапевтических групп и обучающимся на онлайн образовательных программах было предложено оценить полезность работы с рефлексивными формами. Данные, представленные в гистограмме на рисунке 3, показывают, что 48% участников исследования оценивает работу с рефлексивными формами как умеренно полезную, 24% участников к заполнению форм относились нейтрально, для 20% участников работа с формами была очень полезной, и только 1,4% участников расценивали работу с рефлексивными формами как совершенно бесполезную. На основании данных можно сделать вывод о том, в случаях групповой психотерапии и онлайн обучении рефлексивная работа является уместной и благоприятной. Можно предположить, что групповая психотерапия способствует улучшению качества рефлексии, а в условиях онлайн обучения, рефлексия может способствовать более успешному изучению предмета и завершению обучающего курса.



Рисунок 3 – Полезность работы с рефлексивными формами по мнению участников исследования

Согласно нашим исследованиям «Форма целей» и «Форма оценки целей» позволяют сформулировать не только общий смысл целей, но оценить степень ожиданий результата в отношении поставленных задач (проблем, целей), степень напряженности проблемы, связанной с целью и степень актуальности проблемы. Благодаря фиксированию и оценке своих целей, участник психологической практики (психотерапии, психологического семинара) лучше распознает и понимает свои эмоции и психологические процессы, чувствует себя более уверенным и способным принимать решения. Сама постановка задания сформулировать цели является терапевтической и способствует более четкому пониманию клиентом себя в психотерапии, своих проблем, жизненных ситуаций, а также помогает выбрать или сформулировать примерную программу решения проблемы [183]. В пространстве онлайн образования обращение к своим целям усиливает рефлексивную активность. На основании качественных данных мы предполагаем, что существует взаимосвязь между интенсификацией рефлексивной деятельности слушателей онлайн курсов и их самоэффективностью.

Процедура аутентификации целей клиентов и целей терапевта имеет решающее значение в определении эффективности помогающего процесса.

Согласно результатам оценок клиентов в психотерапевтических пространствах соответствие целей клиентов и целей терапевтов повышает уровень эффективности процесса терапии.

Соответствие подхода, декларируемого терапевтом предпочтениям и ожиданиям клиентов, исследовалось нами с использованием «Формы персонализации в терапии», построенной по принципу семантического дифференциала. Данное исследование проводилось нами в терапевтических группах и в индивидуальной терапии. Всего проанализировано 69 штук форм. Количественные данные были обработаны статистическим методом количественного подсчета, интегрированным в программное приложение Microsoft Excel. Результаты анализа «Форм персонализации в терапии» представлены в диаграмме на рисунке 4.

Среднее значение составляет минус 0,25. Стандартное отклонение составляет 0,4. Граница нормы находится в диапазоне от 0,15 и минус 0,65. Напомним, что значения шкал в бланках форм в психологических целях представлены от 0 до 5 в полюс более директивной стратегии поведения терапевта, и от 0 до 5 в полюс менее директивной стратегии поведения терапевта. Для ясности числовых значений при обработке статистических данных полюсу более директивной стратегии поведения были присвоены значения от 0 до минус 5, полюсу менее директивной стратегии были присвоены значения от 0 до 5. Значению 0 соответствует положение «Меня все устраивает». 19% стандартной группы отдали предпочтение полюсу менее директивной стратегии поведения, тогда как 81% стандартной группы предпочитают полюс более директивной (направляющей) терапии.

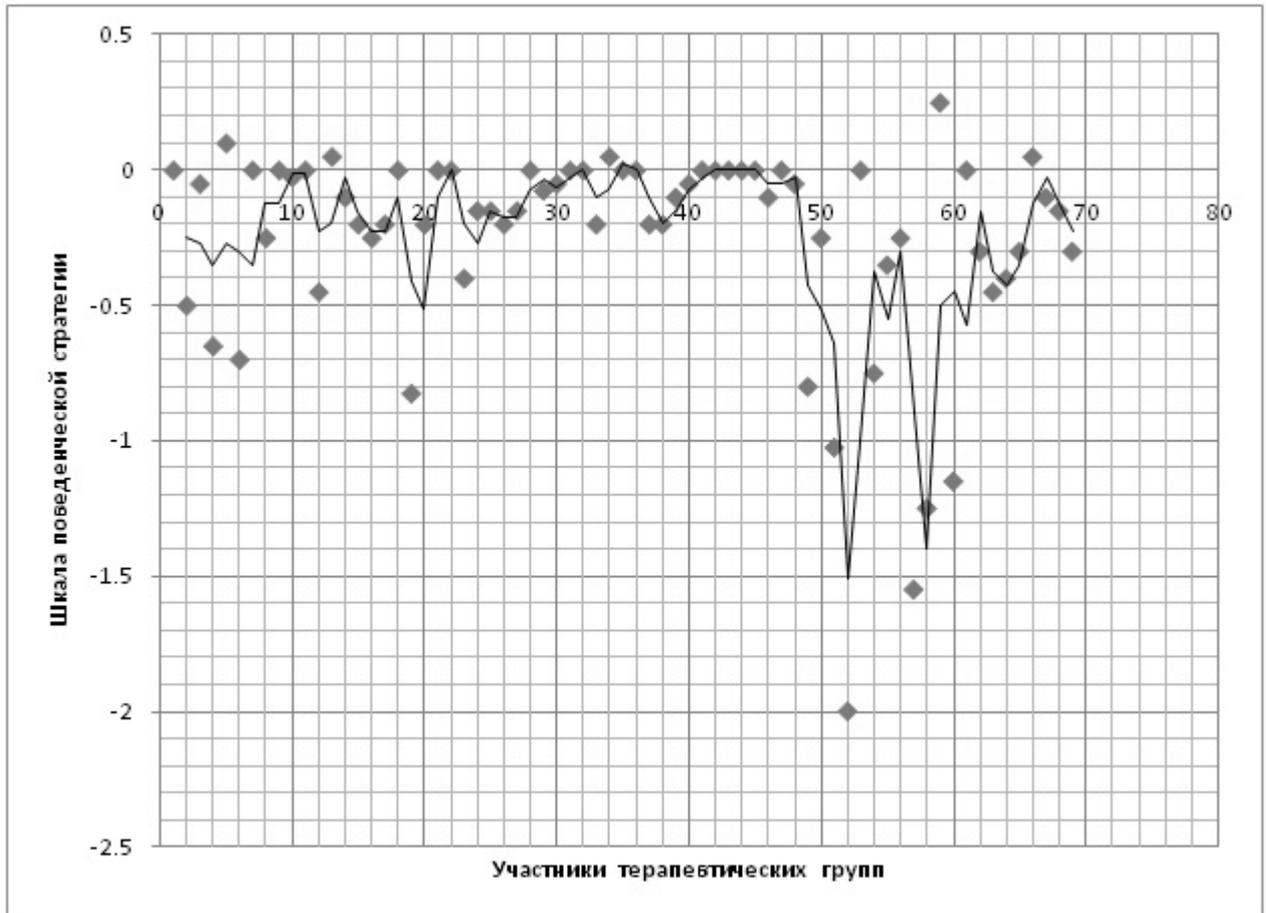


Рисунок 4 – Результаты анализа персонализации в групповой психотерапии

На основании наших данных, мы можем выдвинуть предположение, что участники психотерапевтических групп и индивидуальной терапии склонны занимать более пассивную позицию, отдавая терапевту роль инициатора и ведущего. Возможно, это обусловлено дефицитами инициативности клиентов. Данное предположение требует проверки в дальнейших исследованиях. Однако в изучаемых нами пространствах граница нормальных значений находится в диапазоне от 0,15 до минус 0,65. То есть терапевтические методы и поведенческие стратегии терапевта в целом соответствовали предпочтениям клиентов.

Таким образом «Форма персонализации в терапии» является эффективным средством для аутентификации методов и предпочтений в случаях групповой и индивидуальной психотерапии, где психотерапевт совместно с клиентами имеет

возможность корректировать работу и выбираемые методы после каждой терапевтической сессии.

На этапе адаптации оригинальной методики [219], в некоторых случаях, преимущественно в индивидуальной терапии, клиенты отмечали, что в форме не представлены шкалы, отражающие творческий подход в терапии. Поэтому мы считаем целесообразным дополнить форму соответствующими шкалами.

Согласно нашим исследованиям заполнение «После-сессии формы», было особенно значимым участникам, поскольку позволяло им отрефлексировать каждую сессию (процесс обучения, семинара) на предмет их личной активности и вовлеченности в процесс, а также на предмет включенности и эффективности терапевта (преподавателя, ведущего семинара). Сравнение результатов исследуемых случаев терапии в разных подходах, полученных с помощью «После-сессии форм», показывают, что методика позволяет получить качественные данные, наиболее точно отражающие динамику процесса и его эффективность, благодаря фиксации клиентами значимых, благоприятных, неблагоприятных событий.

С целью наглядного представления результатов данные оценочных блоков «После-сессии формы» (блоки 1 и 4) представляются в гистограммах. Данные рефлексивной части формы (блоки 2 и 3) оформляются в виде процессуальных карт (см. §3.3).

Анализ и интерпретация данных, собранных с помощью «Форм персонализации в терапии», до- и после-сессии форм позволяют осуществлять процедуру аутентификации в терапевтических подходах и психологических пространствах на предмет предпочтений, благоприятных эффектов, полезности помогающего процесса, целей и ожиданий максимально точно и эффективно.

3.2 Аутентификация и риск аутичности в условиях плюрализма

3.2.1 Аутентификация в пространстве групповой терапии

Соответствие целей клиентов основаниям и целям терапевтического подхода в групповой терапии. Исследование на соответствие целей участников основаниям подхода (терапевта) мы предлагаем осуществлять как этап процедуры аутентификации в помогающих пространствах. В данном параграфе обозначены основные результаты и выводы процедуры данного процесса на примере групповой экзистенциальной психотерапии доктора А.Е. Алексейчика (Литва).

Сбор качественных данных осуществлялся с помощью описанных ранее рефлексивных методик. Анализ рефлексивных данных позволил получить качественные характеристики и категории для оценки эффективности конкретного случая психотерапии. Полученные характеристики в определенной степени можно соотнести с оценкой других случаев и других подходов в психотерапии, если применить к ним этот же метод аутентификации.

Феноменологический анализ позволяет сформулировать основные смыслы, заявленных целей участников группы, и выявить соотношение смыслов целей участников и их ожиданий и смыслов подхода (ожидания и основания терапевта) (Таблица 3).

Таблица 3 – Соотношение смыслов целей участников и оснований терапевта в групповой психотерапии

Основные цели участников на терапию	Соотношения смыслов, выраженные в ожиданиях терапевта с ожиданиями клиентов
1. Неуверенность, недовольство собой, своими особенностями, поступками – 33% от общего количества обозначенных целей;	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Одиночество, отчуждение от интенсивности, целостности и гармоничности жизни ✓ Прагматические задачи и вопросы об интенсивности, целостности и гармоничности жизни ✓ Неудовлетворенность, недовольство степенью

Окончание таблицы 3

Основные цели участников на терапию	Соотношения смыслов, выраженные в ожиданиях терапевта с ожиданиями клиентов
<p>2. Проблемы в отношениях с родителями, детьми, значимыми другими – 31% от общего количества целей;</p> <p>3. Неопределенность в жизни, проблемы идентичности – 16% от общего количества целей;</p> <p>4. Кризисные ситуации, необходимость принимать решения – 14% от общего количества целей;</p> <p>5. Прагматические задачи, обучение групповой терапии – 6% от общего количества целей.</p>	<p>интенсивности, целостности и гармоничности жизни</p> <p>✓ Личное пространство и границы интенсивности, целостности и гармоничности жизни</p> <p>✓ Разрешение конкретных проблем, проблематизирующих и актуализирующих интенсивность, целостность и гармоничность жизни</p> <p>✓ Решимость и принятие решения об интенсивности, целостности и гармоничности жизни</p> <p>✓ Проблемы во взаимоотношениях, недостаточно интенсивные, не достаточно гармоничные, не целостные и живые отношения</p> <p>✓ Страхи, тревожность вместо интенсивности, гармоничности целостности жизни</p> <p>✓ Проблемы идентичности с интенсивностью, гармоничностью, целостностью жизни</p> <p>✓ Вопросы благодарности, веры, вопросы достаточной интенсивности, гармоничности и целостности веры</p> <p>✓ Неопределенность жизни в контексте интенсивности, гармоничности, целостности жизни</p>

Формулировки целей клиентов в нашем случае показывают, что зачастую проблемы понимаются клиентами достаточно абстрактно, примерно одна треть от общего количества целей формулируется более предметно, с большей степенью фокусировки на данностях и условиях.

В процессе работы группы обращение к изначально поставленным целям в виде их оценки позволяет переосмыслить задачи и сформулировать новые. В нашем случае у некоторых участников менялся порядок очередности целей, или теряла актуальность поставленная цель, а на смену ей формулировалась новая.

Промежуточная и итоговая оценка целей позволяет видеть динамику процесса на предмет его эффективности (Рисунки 5–6), высота столбиков соответствует рефлексивной оценке степени достижения целей.

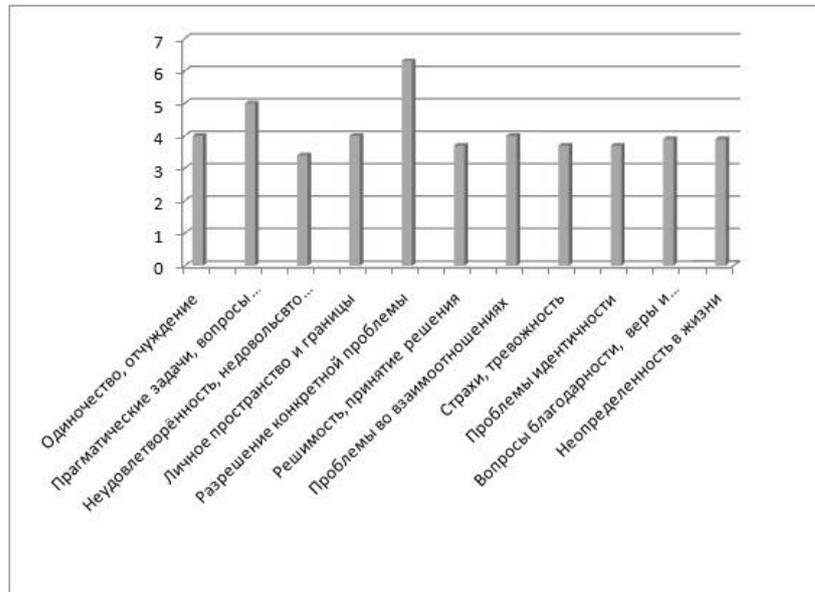


Рисунок 5 – Промежуточная оценка целей участников групповой психотерапии

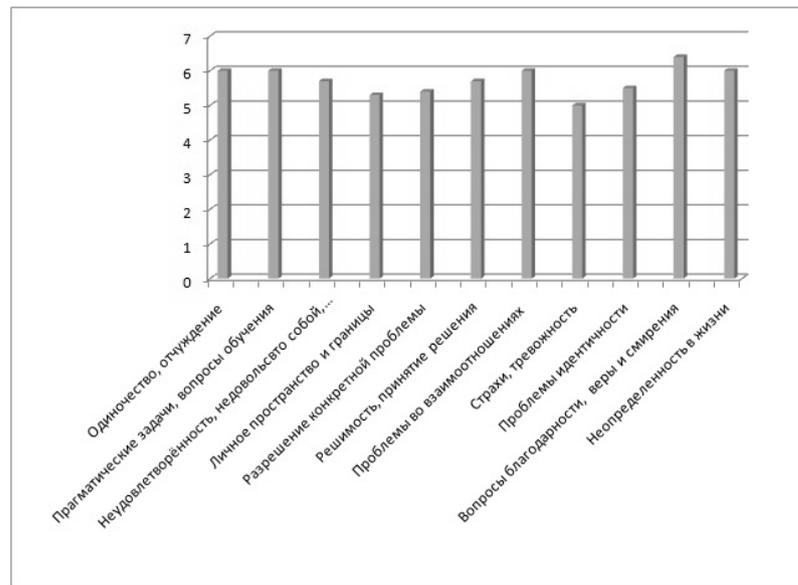


Рисунок 6 – Итоговая оценка целей участников групповой психотерапии

Для наглядности целесообразно представлять данные оценок целей участников групповой психотерапии в соотношении (Рисунок 7), где черный столбик демонстрирует промежуточную оценку целей, серый столбик – итоговую оценку.

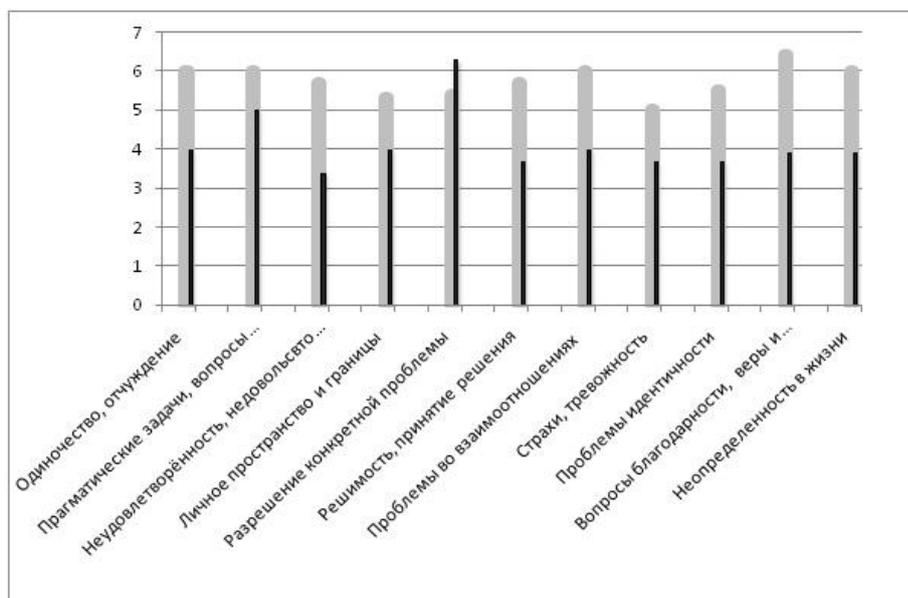


Рисунок 7 – Гистограмма соотношения промежуточных и итоговых оценок достижений целей участниками групповой психотерапии

Оценка поставленных целей по степени актуальности, напряженности и ожидания успеха показывает тенденцию развития отношений психологических модусов переживания целей, которая соответствует конкретной выборке в определенном психологическом пространстве. На основании таких данных можно делать выводы об общем психологическом здоровье группы [14] и социальной адаптации участников: справляются ли они самостоятельно с напряжением в отношении личных трудностей (степень напряженности); понимают ли степень своей ответственности в отношении результата работы (степень ожидания успеха); аутентичны ли заявленные задачи и цели действительным трудностям клиента (степень актуальности). В нашем случае, мы наблюдаем следующую тенденцию: от актуальности к ожиданию, и от ожидания к напряженности субъективная значимость цели снижается (Рисунок 8). Вероятно, это обусловлено тем, что в группе принимали участие люди условно здоровые, не обладающие клиническими диагнозами, социально адаптированные и способные справиться с внутренним напряжением в отношении трудностей.

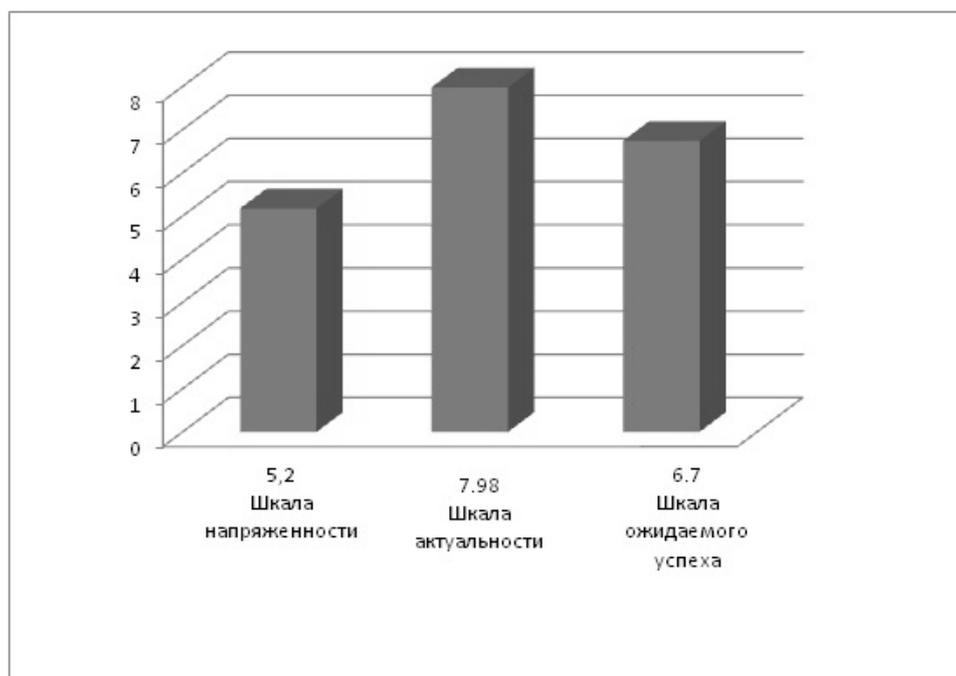


Рисунок 8 – Соотношение шкал напряженности, актуальности и ожидаемого успеха

В работе с целями необходимо учитывать цели и основания терапевта и разделяемого им подхода. Наше исследование показало, что в процессе терапии участники формулировали новые цели, близкие по смысловому содержанию с основаниями подхода. Например, на смену прагматическим целям, связанных с решением конкретной трудности, пришли цели, связанные с вопросами веры, смирения, решимости и взаимоотношений. Также наблюдается положительная динамика в достижении целей, созвучных целям терапевта, например, цели, связанные с принятием решения с отметки в 3,7 балла продвинулись до 5,9 баллов.

Предлагаемая нами процедура аутентификации позволяет: идентифицировать и аутентифицировать цели, основания ожидания клиентов и цели, основания, ожидания терапевта в их специфическом соответствии, присутствии пространству психотерапии; выявлять дефициты в жизни клиента, нарушения, испорченности, недостаточности, дефициты инициативности, эмпатии, вовлеченности; на основании соответствия исследовать эффективность

психотерапевтического процесса и выявлять условия, способствующие наиболее благоприятным и аутентичным изменениям в жизни клиента.

Аутентификация эффективности. Исследование эффективности психотерапии осуществлялось нами на примере групповой психотерапии в экзистенциальном подходе с целью изучения проблемы доказательности полезности с использованием рефлексивных данных. На основании наших исследований мы предполагаем, что в процедурном плане исследование эффективности является значимым этапом аутентификации помогающих психологических пространств.

Сбор рефлексивных данных осуществлялся с помощью описанных ранее методик (см. §2.3). Анализ и интерпретация качественных данных проводился с помощью феноменологических методов (см. §2.4).

Первая часть «После-сессийной формы» позволяет количественно оценить динамику эффективности процесса. В нашем случае оценка эффективности трех сессий в групповой терапии оформлялась графически в гистограммах (Рисунки 9–12). Рисунок 9 показывает динамику оценки степени полезности сессий в терапии по итогам трех дней психотерапии. Рисунок 10 показывает оценку самочувствия в отношении терапевтических сессий. Рисунок 11 представляет оценку степени разрешения проблемы клиента, а рисунок 12 – оценку степени психологического обновления.



Рисунок 9 – Клиентская оценка степени полезности сессий в терапии

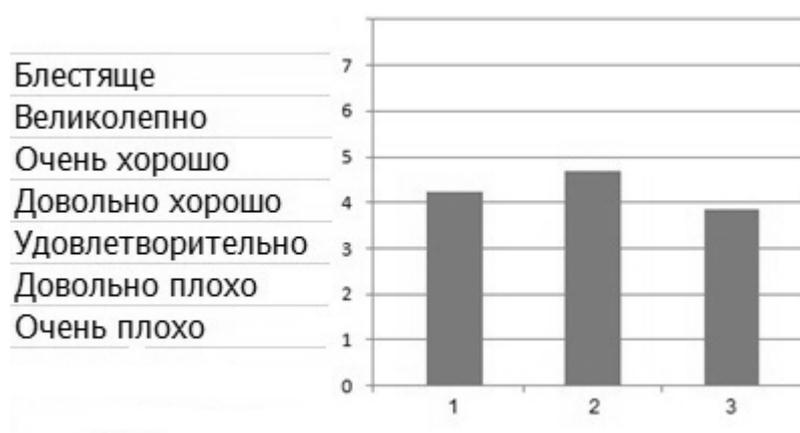


Рисунок 10 – Клиентская оценка самочувствия в отношении терапевтических сессий

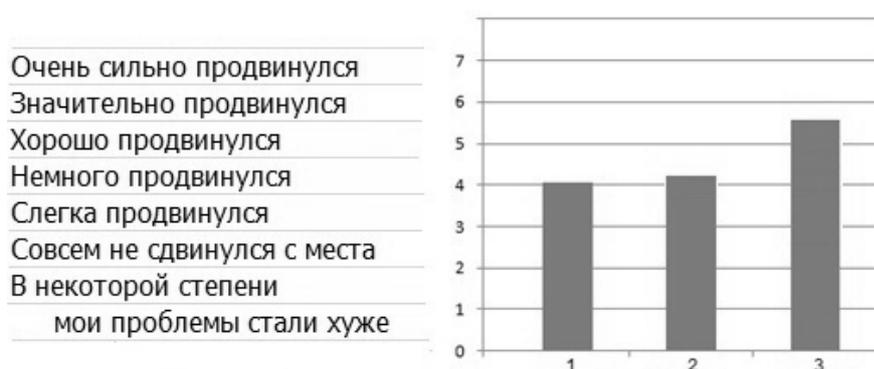


Рисунок 11 – Клиентская оценка степени разрешения проблемы

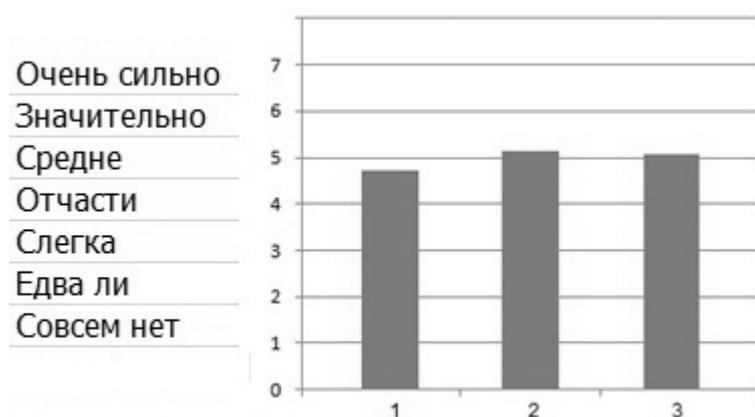


Рисунок 12 – Клиентская оценка степени психологического обновления

Рефлексивные описания, собранные с помощью после-сессионных форм, для системного представления мы предлагаем группировать следующим образом: действия клиентов, способствующие терапии; помогающие действия терапевта;

благоприятные терапевтические эффекты и неблагоприятные эффекты. Помогающие терапевтические эффекты, сформулированные в результате анализа описаний участников групповой психотерапии, представлены в таблице 3, неблагоприятные, мешающие терапевтическим изменениям эффекты – в таблице 4.

Исследование действий клиентов, способствующих терапии, позволяет делать выводы о психологической включенности клиента в процесс, его личной эффективности и активности (психологической и когнитивной). Знание терапевтом того, какие из своих личных действий клиент расценивает как эффективные, позволяет терапевту адекватно отвечать даже на самые незначительные, на первый взгляд, инициативные движения в сторону изменений и обновления.

Особую значимость, согласно мнениям клиентов, приобретает исследование действий терапевта, способствующих терапии. Проверка соответствия мнений клиента и самого терапевта желательна, а в некоторых случаях необходима. В групповой терапии А.Е. Алексейчика самыми благоприятными действиями терапевта стали: активность и вовлеченность, задавание вопросов по существу, направление терапии, интенсивное присутствие, терпеливость, бережность. Подобные помогающие действия фиксируются также участниками, ранее прошедшими групповую экзистенциальную терапию с доктором [115, с. 207–412].

Таблица 4 – Помогающие терапевтические эффекты

Основные темы помогающих эффектов	Описания	Количество участников, упомянувших данную тему	Процент от общего количества участников
1. Интенсификация личной активности а) Аутентичная, подлинная жизнь б) Осмысленность в словах и в действиях в) Вовлеченность в процесс	Клиенты отмечали, что экзистенциальная группа позволяла им жить аутентично и подлинно, быть собой и делать то, что нужно. Клиенты проявляли больше внимательности в отношении своих собственных слов и слов других участников, поскольку все произносимые слова и поступки имели последствия (положительные и отрицательные)	16	84

Продолжение таблицы 4

Основные темы помогающих эффектов	Описания	Количество участников, упомянувших данную тему	Процент от общего количества участников
г) Проявление инициативы	<p>Клиентам помогала их личная вовлеченность в происходящее. В процессе терапии участники взаимодействовали друг с другом, помогали друг другу, были вместе, разделяли общий опыт.</p> <p>Терапевтическая атмосфера и позитивное реляционное отношение терапевта помогали клиентам проявлять инициативу. Клиенты описывали, что их инициативное поведение было очень благоприятным.</p>		
<p>2. Интенсификация духовной жизни</p> <p>а) Приобретение духовного опыта</p> <p>б) Обновленное восприятие жизни (других, себя и мира)</p> <p>в) Вера в возможные изменения</p>	<p>Клиенты отмечали как благоприятное явление рост духовной жизни, духовный опыт был приобретен благодаря различным событиям: способности распознать свои ошибки, принятие негативных характеристик или качеств прошлого, становление более благодарными за опыт и др.</p> <p>Клиенты замечали, что во время терапии уровень доверия терапевту и другим участникам значительно возрос, что позволило им быть более искренними, честными и открытыми.</p> <p>Духовный рост позволил участникам видеть и понимать явления (события и себя) новым/обновленным образом.</p> <p>Восприятие изменилось, и проблемные ситуации не представлялись более настолько сложными. Клиенты выражали крепкую веру в изменение жизни к лучшему.</p>	15	79
3. Распознавание чувств	<p>В качестве благоприятных клиенты упоминали эффект, имеющий отношение к чувственной сфере. В некоторых случаях групповая терапия вскрывала сублимированные или игнорируемые чувства. Клиенты могли выразить свои чувства в отношении своих трудностей в жизни, особенно: неопределенности, тревоги, усталости, бесчувственности, отчаянии, страхе. Клиенты были открыты к обновлению на чувственном уровне.</p>	14	74

Продолжение таблицы 4

Основные темы помогающих эффектов	Описания	Количество участников, упомянувших данную тему	Процент от общего количества участников
<p>4. Приобретение нового опыта</p> <p>а) Взаимодействие с другими</p> <p>б) Взаимодействие с терапевтом</p>	<p>Экзистенциальная групповая терапия дала возможность клиентам пережить различный опыт, который они не переживают в повседневной жизни. Взаимодействую с новыми людьми в новых ситуациях позволило им развить личную активность, способности к пониманию, духовности, честности. Клиенты отмечали как особо благоприятный опыт взаимодействия с терапевтом.</p>	11	58
<p>5. Умение понимать</p>	<p>Клиенты отмечали, что приобретали более целостное и полное понимание ситуации/процессов/трудностей и себя в них, благодаря взаимодействиям и терапевтическим действиям.</p>	9	47
<p>6. Принятие решений</p>	<p>Клиенты выражали готовность и устремленность к изменениям, в том числе, принятию решений, изменяющих их жизнь.</p>	7	37
<p>7. Особая активность терапевта</p> <p>а) Выражение позитивных реляционных качеств</p> <p>б) Проявление активности и обеспечение обратной связи</p> <p>в) Высокое признание директивных качеств</p> <p>г) Особое значение терапевтической атмосферы</p>	<p>Клиенты приветствовали тот факт, что группу вел человек достойный уважения. Клиентам придало сил то, что терапевт проявлял терпение, эмпатию, заботу, честность.</p> <p>Клиенты описывали терапевтические отношения как: позитивные, подбадривающие, вдохновляющие, доверительные, открытыми к сотрудничеству и воспитывающими.</p> <p>Клиенты приветствовали активную вовлеченность терапевта в процесс; его позитивное, реалистичное и мудрое отношение, его способность быть рядом, когда это особенно необходимо. Клиенты оценили как помогающие те моменты, когда терапевт показывал им свое видение проблемы, веры, жизни, групповой динамики.</p> <p>Клиенты приветствовали моменты, когда терапевт учил их идентифицировать чувства, события; когда он вводил правила и следил за их выполнением; когда давал направления; и когда выражал директивную позицию.</p> <p>Клиенты отмечали как полезное и</p>	13	68

Окончание таблицы 4

Основные темы помогающих эффектов	Описания	Количество участников, упомянувших данную тему	Процент от общего количества участников
	способствующее выздоровлению то терапевтическое напряжение и пространство, которое создавал терапевт, что влияло на интенсификацию их жизни и активности.		

Помогающие терапевтические эффекты. Исследование благоприятных помогающих терапевтических эффектов особенно значимо в условиях плюрализма психологических подходов. Изучение действий клиента, действий терапевта и помогающих эффектов в процессе терапии является важным, поскольку обнаруживает такие смыслы как активность клиента, аутентичность, ответственность, саморазвитие, включенность в процесс терапии, что ускоряет терапевтический эффект. «Включенность клиентов в терапевтический процесс также показывает, что изменения могут произойти благодаря различным способам и действиям терапевта, которые клиент определяет как самые благоприятные; эти действия в некоторых случаях могут не соответствовать изначальным предположениям самого терапевта и способствовать процессу поиска иных способов» [81, с. 63].

Рассмотрим помогающие терапии эффекты, выделенные в ходе феноменологического анализа рефлексивных описаний клиентов на примере экзистенциальной групповой терапии.

1. *Интенсификация личной активности.* Наиболее часто упоминается в качестве полезного эффект *повышенного уровня личной активности* благодаря созданию особого реляционного терапевтического процесса, а также за счет благоприятного терапевтического напряжения. Клиенты отмечали, что их участие в жизни друг друга с самого начала групповой терапии помогало им стать более активными в своей собственной жизни. По словам клиентов «проживание трагических/болезненных ситуаций, находясь рядом с другими людьми, помогло

мне стать сильнее и принимать новые вызовы» (К3 – клиентский идентификационный номер 3).

2. *Интенсификация духовной жизни.* Клиенты также воспринимали как помогающий эффект возможность, предоставленную групповой терапией, проявлять духовные качества. Некоторые участники упомянули следующие возможности как очень полезные и обновляющие: «стать сильнее духовно» (К19), «доверять другим и себе (К5), «быть открытым и искренним» (К11), «выразить благодарность» (К8), и «признать свои грехи» (К1), Клиенты также описывали некоторые изменения в отношении их проблем, в частности, они стали понимать, что начали говорить о чем-то другом «кроме моих проблем» (К8), они перестали быть поглощенным «своими эмоциями и проблемами» (К1) и почувствовали себя «более уверенно и удовлетворенно» (К14).

3. *Распознавание чувств.* Клиенты отмечали значимость в исследовании и выражении сложных чувств в безопасной обстановке. Некоторые из них описывали эмоциональное обновление и признавали, что их чувства изменились: «Мой страх исчез, когда я поделился им с ней» (К16), «Мои эмоции изменились, я не больше не злился» (К13). Эмоциональное обновление было описано как благоприятное даже тогда, когда групповая терапия вызывала некоторые нежелательные эмоции: «Я плакала, но это исцелило меня» (К19), «Мне было больно, но я был в состоянии это выразить, и это было хорошо» (К17).

4. *Приобретение нового опыта.* Другими событиями, описанными клиентами в качестве полезных в терапии стали те, которые привнесли новый обнадеживающий и /или ресурсный опыт, вдохновляющий на будущие изменения – «учитывая новые вопросы» (К3), «делать то, чего я не делала уже очень давно» (К12) или то, «что я никогда не делал раньше» (К7). «Формулирование образа того, что происходило» (К5, К8) проявило новые способности обновляться психологически и видеть вещи в новом свете или иным способом. Участники отмечали, что взаимодействуя с другими членами и получая новый опыт, они стали «мужественными и честными» (К12), «открытым и способным выразить свою истинную сущность» (К6).

5. *Умение понимать себя и других.* Клиенты называли помогающей возможностью спрашивать себя о своих истинных чувствах и желаниях, а также о том, как они понимают себя и других людей, поскольку это проливало новый свет на некоторые события жизни: «Я понимаю, насколько ничтожна моя проблема, когда я думаю о ней» (К13), «Я должен сказать моему папе, что я не понимал его раньше» (К16).

6. *Принятие решений.* В качестве благоприятного эффекта клиенты видели свою готовность и желание к переменам. Некоторые отметили, что они стали эмоционально и духовно более готовы к этому: «Я эмоционально сильнее после этой терапии» (К14), «Моя жизнь никогда не будет как прежде, пора многое менять» (К18).

7. *Особая активность терапевта.* В качестве благоприятного эффекта клиенты отмечают активность терапевта и его «активное присутствие», которое вдохновило клиентов проявлять активность. Ощущение, что тебя принимают – «Он был со мной независимо от того, какой ужасной я была» (К13) – показывало клиентам, что они не были брошены, изолированы, или отчуждены от самих себя или друг от друга. Клиенты сочли полезным быть с «уважаемым» человеком и знать его видение и точки зрения относительно мира, жизни и веры: «Он раскрыл мне смысл вечных истин» (К18). Благоприятным для клиентов также было то, что терапевт поощрял их инициативы во время терапии и поддерживали их, что приводило к благоприятным изменениям: «Я не решался, но он призвал меня действовать» (К4). Клиенты также упоминали, что им помогли вопросы терапевта, особенно те, на которые трудно, но необходимо было ответить, потому что ответы на вопросы имели решающее значение в их жизнях: «Его вопрос был как гром в моей голове, но я знал, что А.Е. поможет мне ответить на него» (К7). Особую значимость клиенты отмечали в директивных действиях терапевта, поскольку они приводили к пониманию важных вещей, и показывали смыслы в ответственности: «Он запретил мне говорить» (К3), «Он заставил меня заплатить за то, что я сделала» (К14). Терапевт вместе с клиентами сформулировал правила работы в группе. Все правила были обговорены и согласованы, и затем терапевт

следил за их исполнением. Он также показал клиентам важность правил, которые были сформулированы, в контексте экзистенциальных ограничений (свобода и ответственность). Клиенты отмечали, что ситуация с правилами была очень благоприятной для терапии: «Он ввел правила и помогал нам придерживаться их» (К6), «Для меня было очень важно следовать правилам» (К8).

Клиенты также описывали в качестве полезной для терапии интенсивную, терапевтическую и жизнеутверждающую атмосферу, опирающуюся на крепкие экзистенциальные основания и «вечные истины»: люди одиноки и смертны и несут ответственность за свои выборы; жизнь человека не имеет заранее заданного смысла; людям удастся создавать свои смыслы в жизни и находить системы верований для того, чтобы найти ответы на значимые вопросы; люди строят значимые отношения, несмотря на неизбежные расхождения между любыми двумя людьми. «Он создал определенное пространство, среду» (К6), «Он молчал, но я чувствовала его силу и участие» (К15), «окружающая обстановка была особенной и целительной» (К1), «Наши разговоры о вечных истинах дали мне иное представление о моей жизни» (К3). Один клиент отметил: «Три дня такой интенсивной жизни соответствуют месяцам или даже годам моей повседневной жизни» (К3).

Таблица 5 – Неблагоприятные терапевтические эффекты

Основные темы мешающих терапии эффектов	Описания	Количество участников, упомянувших данную тему	Процент от общего количества участников %
1. Дефицит личной инициативы	Клиенты отметили, что недостаточность инициативности помешала им более эффективно работать.	2	11
2. Уход в подробности	Излишние подробности в описании личных историй лишает других участников времени на терапию. В этой связи это время оценивается как потраченное впустую.	1	5

Неблагоприятные/мешающие терапии эффекты. Выделение неблагоприятных эффектов позволяет критически подойти к осмыслению

терапевтического процесса и сделать «работу над ошибками» как терапевту, так и клиенту. Наши исследования показывают, что в случае соответствия ожиданий клиента и оснований терапевтического подхода, неблагоприятные эффекты представляются как единичные случаи. На примере экзистенциальной групповой терапии три участника упомянули эффекты, которые, по их мнению, помешали терапии (Таблица 3). Два клиента отметили, что им не хватало инициативы сделать то, что они должны были сделать: «Я не говорил о том, что меня беспокоит, и потерял возможность» (К2). Один из участников охарактеризовал как бесполезное действие другого участника группы: «Мы потеряли много времени, когда она рассказывала нам эту историю» (К4).

Количественный анализ «форм персонализации» в терапевтической группе поддерживает полученные качественные данные о том, что участники групповой терапии особое значение придают активности терапевта с тенденцией в полус более директивных (направляющих) стратегий поведения (Рисунок 13). Семантическим формулировкам, наделяющим терапевта качествами авторитетного ведущего, направляющего и контролирующего терапевтический процесс, отдавалось большее предпочтение в терапевтической группе (Рисунок 14).

Таким образом, процедура аутентификации позволяет не только говорить об эффективности помогающей практики (групповой психотерапии в нашем случае) и условиях ей способствующих, но и определять риски и опасности, связанные с дефицитами принятия человеком себя, ситуации, проблемы, помощи, дефицитами преодоления и эмпатии. Аутентификация значимых событий предоставляет возможность исследовать психологические нюансы смыслов психологической капитуляции [89, с. 174] перед трудностью, болезнью и находить способы для ее предотвращения. Согласно нашим исследованиям, опасность капитуляции преодолевается специфическим терапевтическим взаимоотношениям и совместностью терапевта и клиентов, включающим аутентичное присутствие, опыт принятия действительности, себя и других и внутреннюю готовность к изменениям.

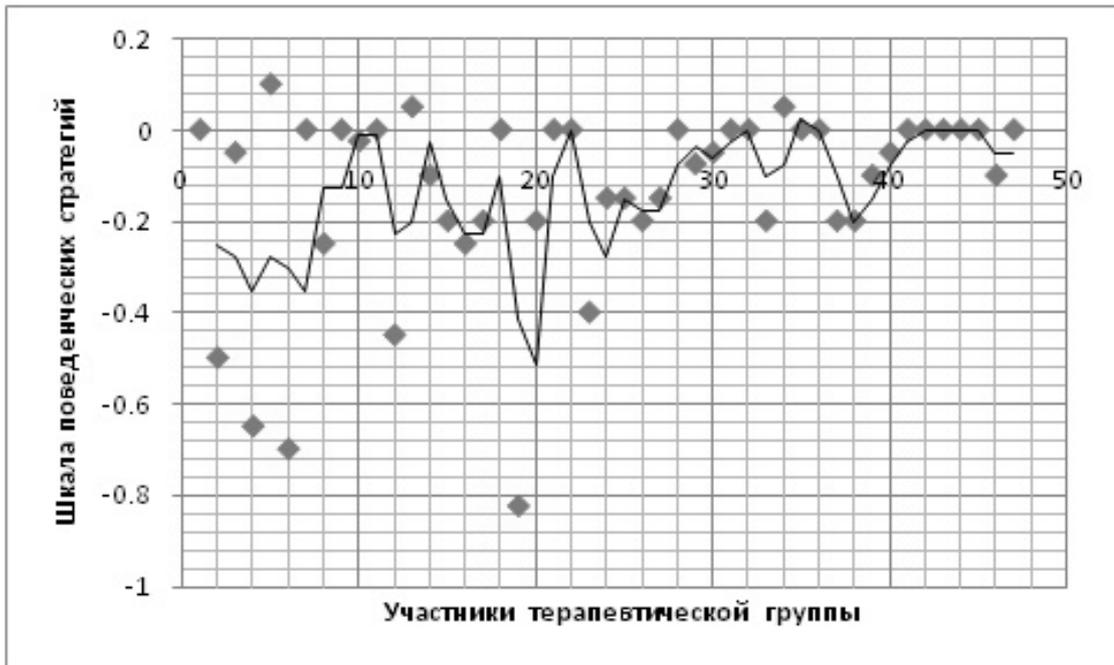


Рисунок 13 – Результаты семантического анализа выборов участниками групповой психотерапии более директивных методов терапевта

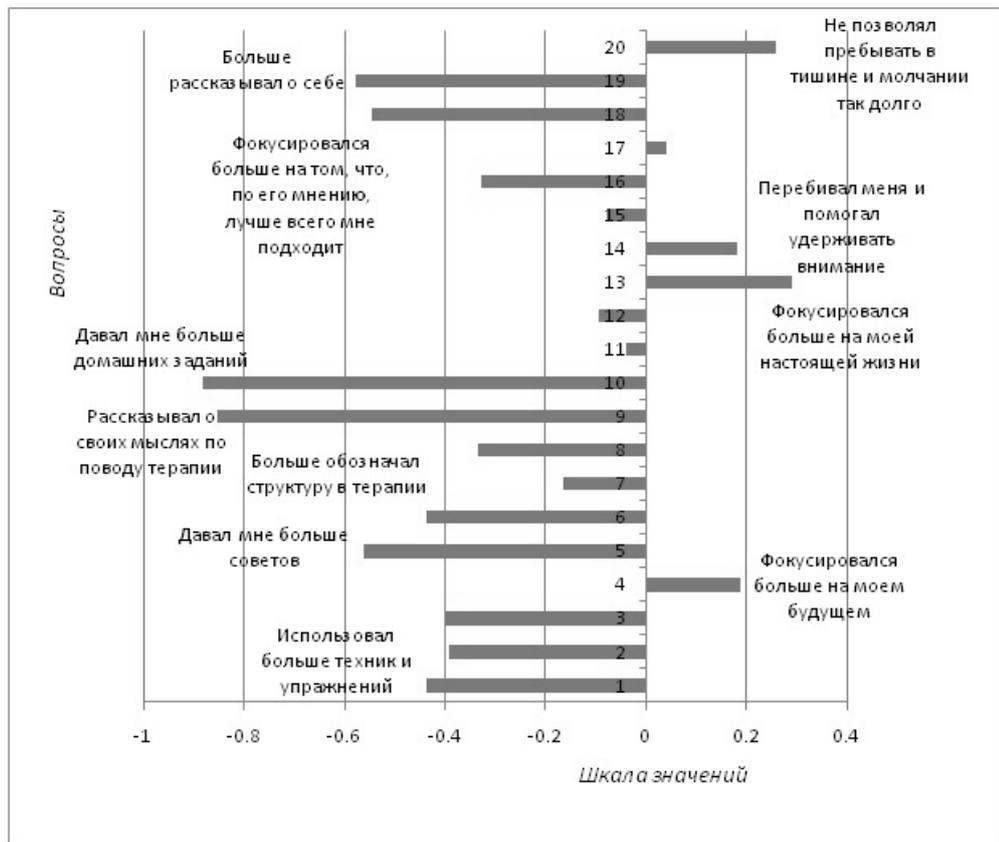


Рисунок 14 – Результаты семантического анализа «форм персонализации» в групповой психотерапии

3.2.2 Аутентификация в пространстве индивидуальной терапии

Соответствие целей клиента основаниям и целям терапевтического подхода в индивидуальной экзистенциальной терапии. Феноменологический анализ рефлексивных данных позволил сформулировать основные смыслы, заявленных целей и ожиданий клиента, и выявить их соотношение со смыслами подхода (ожиданиями терапевта) (Таблица 6).

Таблица 6 – Соотношение смыслов целей участников и оснований терапевта в индивидуальном консультировании

Основные цели клиента на терапию	Соотношения смыслов, выраженные в ожиданиях терапевта с ожиданиями клиента
1. Проблема профессиональной идентичности; 2. Проблемы в отношениях с другими людьми (в личной и профессиональной сферах); 3. Растерянность в кризисных (конфликтных) ситуациях, неумение принимать решения; 4. Творческая нереализованность.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Рассогласованность, отчуждение от гармоничности и целостности интенсивной творческой жизни; ✓ Неудовлетворенность, недовольство степенью интенсивности, целостности и гармоничности творческой жизни; ✓ Дефициты творческой активности и интенсификация творческой активности; ✓ Дефициты личного пространства и времени и создание индивидуального пространства и времени для творчества; ✓ Отчуждение от оснований и вопросы поиска и возвращения к основаниям и целостности; ✓ Решимость и принятие решения об интенсивности, целостности и гармоничности творческой жизни; ✓ Непродуктивная тревога, вызванная заблуждениями, чрезмерными сомнениями в своих способностях, желаниях, мыслях, чувствах и развитие чувствительности к индивидуальной интенсивности творческой жизни; ✓ Проблемы во взаимоотношениях, недостаточно интенсивные, не достаточно гармоничные, не целостные отношения и живые и гармоничные отношения (восстановление социального измерения бытия-в мире); ✓ Преодоление сложившихся убеждений о своей неполноценности, неспособности и адекватная самооценка и принятие данностей (восстановление психологического измерения бытия-в мире); ✓ Неспособность к удивлению, обновлению и обновление творчеством, духовное обновление (восстановление духовного измерения бытия-в мире).

По шкале *беспокойства*, заданные цели в среднем оценены в 5,33 баллов из 9 баллов. По шкале *значимости* – 6,33 балла из 9 баллов, по шкале *ожидаемый успех* – 6 баллов из 9.

После четвертой и после восьмой сессии была выполнена оценка достижения целей. Оценке целей клиент придал особое значение, поскольку появилась возможность вернуться к изначально поставленным целям и пересмотреть их на основаниях уже состоявшейся терапии.

После первой оценки цель с порядковым номером 1, заняла вторую позицию. Т. обозначила, что цель потеряла актуальность, поскольку заблуждения относительно смены деятельности прояснились. Для Т. стало очевидным, что смена деятельности не решит многие вопросы, которые есть в ее жизни, но для Т. открылась новая перспектива через добавление в жизнь творческой деятельности. Степень достижения цели №1 по оценке Т.: 5 из 7 баллов. Цель №2 заняла первую позицию. Степень ее достижения 5 из 7 баллов. Цель №3 потеряла актуальность в изначальной формулировке. Т. перефразировала ее, категорично-негативная формулировка была заменена на более открытую, обнадеживающую: вместо «мне никогда не удастся сохранить отношения» Т. написала «вот бы научиться быть в отношениях и сохранить их».

Итоговая оценка целей имеет более высокую степень достижения: цели №1 соответствует оценка 6 баллов из 7, цели №2 – 6 из 7 и цели №3 – 5 баллов из 7. Согласно оценкам клиента, терапевтические эффекты соответствовали ожиданиям, поскольку клиентка высоко оценивала значимость терапевтических событий (в среднем – 7,75 баллов из 9).

Аутентификация целей позволила клиенту и терапевту прояснить ценности клиента, основные трудности, уточнить ожидания и сформулировать план работы для достижения желаемого результата.

Аутентификация эффективности. Для наглядности результаты анализа 1 блока «После-сессийной формы» оформлены графически в гистограммах. Мы уже отмечали, что клиентка заполняла формы после каждой сессии на протяжении месяца терапевтической работы (всего – четыре сессии). Первая часть формы состоит из четырех вопросов. Гистограмма на рисунке 15 показывает динамику ответов по итогам четырех сессий на первый вопрос формы: *«Насколько способствующей или мешающей терапии была данная сессия для вас*

в целом». Для всех гистограмм значениям по горизонтальной оси от 1 до 4 соответствуют первая, вторая, третья и четвертая сессии. В целом, клиентка расценивала работу как значительно способствующую терапии и изменениям.

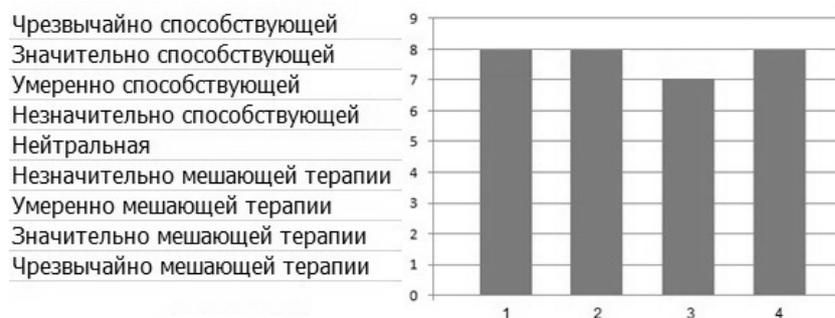


Рисунок 15 – Клиентская оценка степени полезности сессий в индивидуальной терапии

Гистограмма на рисунке 16 показывает динамику ответов по итогам четырех сессий на второй вопрос формы: «Как вы чувствуете себя по поводу данной сессии?» Очевидно, что клиентка в целом оценивала свое состояние как удовлетворительное, на третьей сессии отмечается «довольно хорошее» состояние.

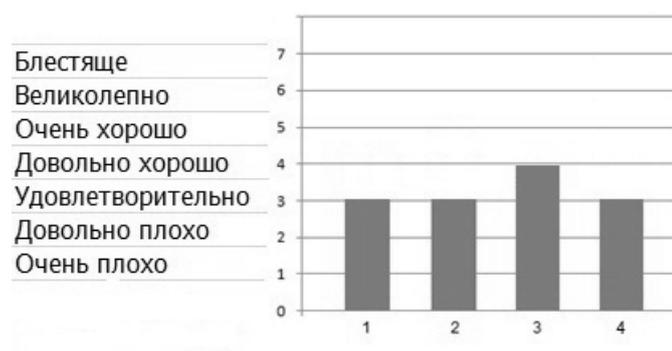


Рисунок 16 – Клиентская оценка самочувствия в отношении индивидуальной терапии на сессиях

Гистограмма на рисунке 17 показывает динамику ответов по итогам четырех сессий на третий вопрос формы: «Насколько по вашим ощущениям вы

разрешили задачу/продвинулись в решении проблемы во время данной сессии?»

Ответы клиентки занимают отметку «немного продвинулся».



Рисунок 17 – Клиентская оценка степени разрешения проблемы по результатам сессий

Гистограмма на рисунке 18 показывает динамику ответов по итогам четырех сессий на четвертый вопрос формы: *«В какой степени вы можете сказать о себе следующее: «Во время данной сессии что-то для меня изменилось. Я что-то увидел иначе или почувствовал что-то по-другому, обновленно»*. По результатам первых двух сессий клиентка отмечает, что «значительно» продвинулась. Затем оценка падает до отметки «продвинулась слегка». Такая динамика, вероятно, вызвана тем, что в первые две сессии изначально указанные цели были достигнуты, но обозначились иные. Во время четвертой сессии – значение растет до 5 баллов, которым соответствует ответ «средне».

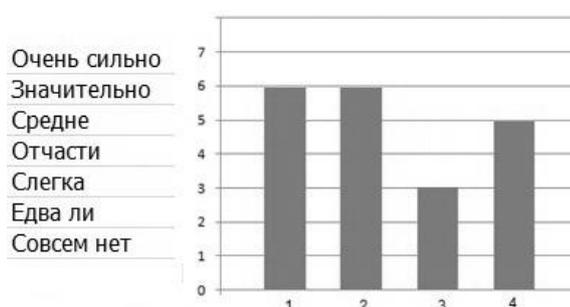


Рисунок 18 – Клиентская оценка степени психологического обновления в результате индивидуальной терапии

Таким образом, мы можем сделать ряд выводов по данному терапевтическому случаю. Терапия оценивалась клиентом как эффективная, помогающая достичь желаемых результатов, однако эмоциональное состояние клиента при этом удовлетворительное. Данное замечание было вынесено на обсуждение с клиентом и было обнаружено, что это вызвано низкой самооценкой, мешающей клиенту адекватно рассматривать и принимать свои достижения. Отметим, что результаты первого блока «После-сессионной формы» позволяют выдвигать некоторые предположения, но не дают полную картину в аспектах самочувствия, достижения цели, полезности, обновления и нуждаются в уточнениях.

Помогающие терапевтические эффекты. Согласно ответам клиента в основной части «После-сессионной формы» были выделены следующие смысловые единицы, характеризующие полезные действия терапевта:

- а) показывает, делает ясным то, что было не понятно;
- б) критикует устоявшиеся убеждения;
- в) помогает разобраться в вопросах оснований и ожиданий;
- г) поддерживает в преодолении трудностей;
- д) помогает с юмором воспринимать события;
- е) дает задания во время сессий и на дом.

Были выделены следующие смысловые единицы, характеризующие психологическую активность и вовлеченность клиента в процесс терапии:

- а) стремление понять, критически пересмотреть собственные убеждения;
- б) внимательное и аккуратное выполнение заданий (на сессиях и дома);
- в) задавание вопросов терапевту.

Были выделены следующие смысловые единицы, характеризующие благоприятные терапевтические эффекты:

- а) адекватная самооценка и ожидания;
- б) возвращение к основаниям;
- в) появление творчества в повседневной жизни;
- г) готовность к принятию решений.

Неблагоприятных эффектов, мешающих терапии выявлено не было.

Если мы попытаемся проанализировать динамику состояния клиентки Т. в ходе психотерапии, мы увидим, что поставленные цели, обозначение своих полезных действий, полезных действий терапевта, благоприятных терапевтических эффектов, оценка поставленных целей в ходе работы позволили клиенту быть активно включенным в процесс терапии, открыто участвовать в обсуждении сложных моментов, своевременно корректировать направление работы, опираясь на уже достигнутые результаты. Клиент не является пассивным объектом процесса, а творит его вместе с терапевтом.

3.2.3 Аутентификация в пространстве групповой социотерапии формата психологического путешествия

Аутентификация в пространстве групповой социотерапии проводилась с использованием адаптированных методик «Формы целей», «Формы оценки целей» и «После-сессионной формы» в варианте «Рефлексивная форма участника терапевтической группы». Выборку исследования составили 20 человек в возрасте от 18 до 50 лет, участников социотерапевтической группы в формате психологического путешествия. Социотерапевтическая работа включала такие психотерапевтические практики, как: арт-терапию, ландшафтную терапию, групповую терапию в экзистенциальном подходе. Основная задача аутентификации состояла в идентификации условий, способствующих психологическому обновлению, развитию, интенсификации активности и инициативности, на основании соответствия целей, ожиданий участников основаниям подхода социотерапии и целям ведущих (психотерапевтов).

Аутентификация целей. В таблице 7 приведены результаты феноменологического анализа соотношения целей клиентов и целей социотерапевтического подхода в формате психологического путешествия. Анализ смыслов формулировок целей, заявленных участниками, показал их полное соответствие смысловым контекстам и основаниям заявленных психотерапевтических практик (арт-терапии, ландшафтной терапии и

экзистенциальной групповой терапии). Такое максимальное соответствие, вероятно, обусловлено тем, что при наборе группы все участники были проинформированы о задачах и целях группы, им было представлено полное описание формата и программы психологического путешествия. С некоторыми участниками предварительно велись уточняющие беседы до их решения участвовать в группе. Более того, три вида психотерапевтических практик представляют широкие возможности работы как с прагматическими задачами, так и с аспектами творчества, самореализации и психологического обновления. Гистограмма на рисунке 19 показывает оценку достижения целей участниками по итогам психотерапевтической работы в данной группе, согласно обработке количественных данных. Участники группы достаточно высоко оценивали достижение своих целей – баллами 5, 4, 6, 7 (в порядке убывания), где 7 балами оценивается полностью достигнутая цель.

Таблица 7 – Соотношение целей клиентов и целей социотерапевтического подхода

Цели клиентов на терапию	Количество упоминаний данной темы	Процент от общего количества целей %	Цели социотерапии в формате психологического путешествия
Психологическое обновление	4	12	<i>Смысловые контексты и основания ландшафтной терапии</i>
Развитие творческого	4	12	
Улучшение взаимоотношений с людьми	5	15	
Новые знакомства с людьми	5	15	<i>Смысловые контексты и основания экзистенциальной терапии</i>
Знакомство с новым ландшафтом	3	10	
Отдых, восстановление ресурсов, наполнение силами, впечатлениями	4	12	
Профилактика профессионального и эмоционального выгорания	3	9	<i>Смысловые контексты и основания терапии творчеством</i>
Разрешение конкретных проблем (страхов, кризисных ситуаций, проблем во взаимоотношениях)	5	15	

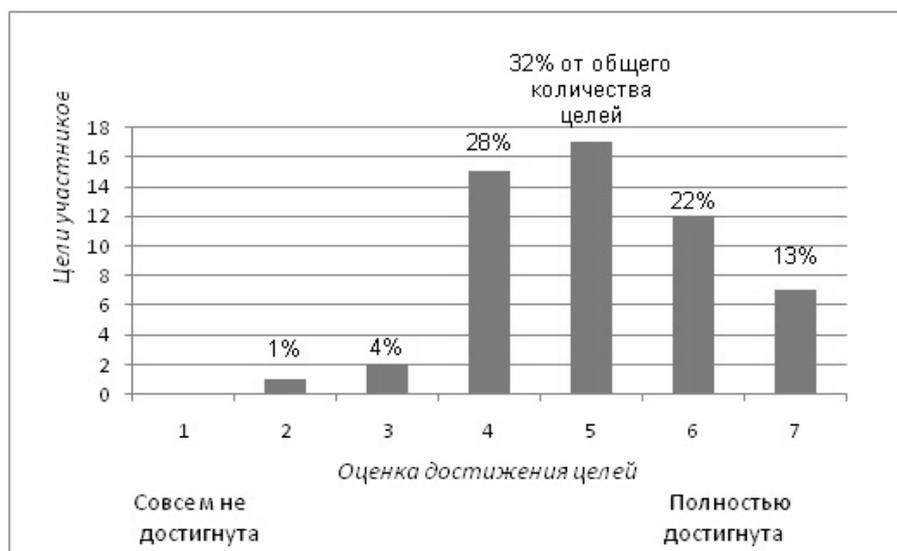


Рисунок 19 – Оценка достижения целей участников социотерапевтической группы

Исследование благоприятных терапевтических эффектов. В таблице 8 представлены результаты, показывающие ключевые темы благоприятных терапевтических эффектов, выявленных в результате феноменологического анализа. Согласно специфике психотерапевтической работы преобладающими смыслами благоприятных эффектов стали: психологическое обновление, расширение психологических горизонтов (открытие новых ландшафтов), личная активность, гармонизация с природой и интенсификация творческого бытия.

Таким образом, на основании полученных результатов, можно сделать вывод о том, что условия социотерапевтического пространства способствуют образованию специфической реляционности, благодаря которой усиливается полезность и терапевтичность событий, формируется конструктивная вовлеченность и активность участников в процесс терапии и в свою жизнь, благодаря чему наблюдаются эффекты, связанные с субъективным, уникальным, творческим, обновляющим опытом.

Таблица 8 – Основные смысловые темы и описания помогающих терапевтических эффектов социотерапевтической группы

Помогающие терапевтические эффекты	Описания и примеры ответов клиентов	Кол-во участников, упомянувших данный эффект	Процент от общего количества участников %
1. Психологическое обновление, отдых, ощущение наполненности жизни;	Терапия способствовала психологическому обновлению, хорошему бодрящему отдыху и приобретению ощущения наполненности жизни: <i>Я вижу жизнь по-новому; Я наполнена радостью и энергией.</i>	11	84.6
2. Исследование индивидуальности и креативности;	Терапевтический процесс подразумевал различные виды деятельности для раскрытия творческого потенциала как можно более полноценно. Клиенты отмечали данные виды деятельности как очень помогающие: <i>Я просто поражена, насколько, оказывается, я талантлива; Я начала рисовать, и это было очень красиво и легко.</i>	8	61.5
3. Удовлетворение, наслаждение, вдохновение;	Психологическое путешествие приносит новый опыт и вдохновляет людей жить более творчески и интересно: <i>Помогающими эффектами для меня являются: вдохновение, сила и радость.</i>	5	38.5
4. Бытие вместе с другими людьми, взаимная поддержка, участие, забота, внимание;	В путешествии клиенты могут взаимодействовать друг с другом и с терапевтами столько, сколько им нужно: <i>У меня всегда чувствовала поддержку и заботу от других участников и от терапевтов; Было полезным быть среди людей, которые разделяют твои взгляды, мысли и верования.</i>	10	76.9
5. Понимание себя в пространстве (в ландшафте, на природе);	Ландшафтная терапия подразумевает понимание и поиск «своего» места, с которым человек ощущает определенную связь, находясь в котором, приобретает хорошие чувства и т.д.: <i>Я поняла, что вся та территория была моим домом на те дни; Сейчас я ощущаю тесную связь с природой.</i>	9	69.2

Окончание таблицы 8

Помогающие терапевтические эффекты	Описания и примеры ответов клиентов	Кол-во участников, упомянувших данный эффект	Процент от общего количества участников %
6. Личная активность и движение вперед;	Терапия поощряет клиентов быть лично вовлеченными во все процессы и практики, что раскрывает и преумножает в них ресурсы и энергию: <i>Моя активность не забирала у меня энергию, а давала мне её; Я устал тогда, но был абсолютно счастлив, что не остановился и продолжал делать это.</i>	10	76.9
7. Радость от общения с природой и участниками группы;	Клиенты отмечали, что радость, которую они испытывали, способствовала терапии и помогала им меняться: <i>Что мне особенно помогло, так это радость от совместности с теми людьми; Радость от того, что ты на природе и с хорошими людьми.</i>	12	92.3

3.2.4 Аутентификация в социотерапии подростков, переживающих экзистенциальную фрустрацию

Главной исследовательской гипотезой социотерапии является гипотеза о терапевтическом значении опыта подлинности. Проблема социотерапии подростков, переживающих экзистенциальную фрустрацию, осложняется тем, что им необходимо обеспечить не только опыт подлинности границ, ценностей, намерений, возможностей, но и опыт подлинности самой подлинности. В социотерапевтических практиках подростки вовлекаются в совместную деятельность в значительной степени искусственную, построенную на символических ценностях, в деятельность только в некотором смысле действительную. Поэтому важно руководствоваться не только целями, средствами и правилами, но и доказательствами полезности и аутентификацией опыта.

Данное исследование позволяет уточнить полезные аспекты разработки и реализации социотерапевтических программ. Среди тем, полезность которых

подтверждена, полученными нами данными: 1) развитие; 2) вина и принятие своего несовершенства; 3) ответственность; 4) совместность; 5) риск выбора и шанс улучшить жизнь; 6) самоидентификация; 7) новый опыт; 8) веселье и праздничные события; и 9) благодарность (Таблица 9). Область смыслов полезного опыта, подтвержденные нашими данными: 1. Эгоцентрическая и слабая позиция по отношению к миру; 2. Принятие своей вины и мотивация к работе; 3. Ответственность; 4. Совместность; 5. Свобода; и 6. Испытания. Смыслы, отрефлексированные подростками в итоге участия в социотерапевтической программе, приведены в таблице 10.

Темы, выражающие полезность социотерапевтического опыта, мы рекомендуем использовать в качестве содержательного каркаса при разработке и организации программ, то есть тем творчества, опыта идентичности, а полезные смыслы – для организации рефлексивных, аналитических, терапевтических практик, то есть опыта аутентификации.

Таблица 9 – Основные темы, отрефлексированные подростками

Тема	Примеры упоминаний в текстах	Комментарии
Развитие	«Я был хуже, чем стал сейчас». «Я научился быть другим». «Я стал уверенней в себе». «Я приобрел много нового».	В процессе социотерапевтической работы подросток отмечает необратимые личностные изменения, развитие, взросление.
Вина и принятие своего несовершенства	«Я не сделал задание». «Мне было неловко». «Я не справился с ответственностью, возложенной на меня». «Я была неуверенной, недоверчивой к другим, боялась произвести плохое впечатление».	Подростки понимали, что успех команды зависит от активности и вовлеченность каждого участника. В случае ошибки, невыполнения своей задачи, неспособности справиться с трудностями подросток ощущал свою реальную вину и старался её искупить.
Ответственность	«Мне нужно было думать о других». «Я учился ответственности за свое дело». «Я научился принимать ответственность». «Я платил за свои ошибки». «Я был в ответе за человека». «Мы все вместе отвечали за дело».	Подростки постигали смыслы ответственности и учились самостоятельно отвечать на вопросы, вызовы, призывы, которые ставила перед ними жизнь и работа в проекте.

Окончание таблицы 9

Тема	Примеры упоминаний в текстах	Комментарии
Совместность	«Я приобрел надежных друзей». «Я научился понимать других». «Команда справлялась со своими задачами». «Было много совместной работы».	Тема совместности является одной из ключевых в социотерапевтической работе с подростками. Ребята строили отношения, учились быть вместе, работать вместе, сообща решать задачи и справляться с трудностями.
Риск выбора и шанс улучшить жизнь	«Нам нужно было сделать выбор». «Я получил шанс исправиться и многое понял». «Я сам решал, стоит рисковать или нет». «Я начала свой путь, который изменил мою жизнь».	Совместность и поддержка группы помогает ребятам самостоятельно делать выбор и изменять свою жизнь к лучшему.
Самоидентификация	«Я научился понимать себя». «Я пробовал быть лидером». «Я раньше не верила в себя». «Я работал в проекте над своей ролью». «Моё мнение может быть важным».	Подросток осознаёт себя способным быть сильным, смелым, решительным; он начинает лучше понимать себя, верить себе, проявлять себя.
Новый опыт	«Училась работать с детьми». «Я пережила и испытала очень много». «Очень много приходилось делать». «Я училась преодолевать трудности и проблемы».	Приобретение нового опыта подростки определяли как очень значимый и важный в процессе их работы и личностных изменений.
Веселье и праздничные события	«Праздник нас дружил». «Нам без веселья невозможно было обойтись».	Тема веселья обозначалась в процессе организации подростками праздников для себя и для других, в преодолении трудностей через юмор и радость от совместного творчества.
Благодарность	«Я хочу сказать спасибо ребятам, друзьям, помощникам, терапевтам».	Подростки щедро делились своей благодарностью друг другу и руководителям проекта.

Таблица 10 – Основные смыслы, отрефлексированные подростками

Смыслы	Описание и интерпретация
Эгоцентрическая и слабая позиция по отношению к миру	Страх перед действительным, реальным, возможным. Болезненная заикленность на самоидентификации («думал только о себе»)
Принятие своей вины и мотивация к работе	Значимость опыта неловкости, Значимость опыта трудности долга. Усталость от плохой работы и счастье(удовлетворение) от хорошей.
Ответственность	Ответственность за свое дело, контроль, устойчивость внимания на главном, помощь, старшинство, Плата за ошибки и расплата за них вместе с командой. Признание своей вины и готовность её искупать, внимательность ко мнениям других, страх за безопасность другого, принятие ответственности за другого человека, Понимание своих ошибок. Опыт разделенной между участниками ответственности. Удовлетворенность от завершения большого дела и преодоления препятствий. Понимание смыслов платы за ошибки и плохую подготовку к делу.
Совместность	Общий выбор, общие усилия, поддержка группы и руководителя, Благодарность команде и руководителю, Приобретение умения быть с детьми, Приобретение силы через совместный труд. Совместная работа, труд, праздник. Смех как лекарство и объединяющая сила. Сплочение команды через выполнение упражнений и понимание их смыслов. Опыт работы в команде – преодоление сложностей, совместное творчество. появление друзей. Понимание значимости Другого в жизни. Ощущение себя как части проекта, нахождение своего места (роли) в нем. Счастье делать свое дело и отвечать за него. Удовлетворение от работы над благородным делом. Благодарность руководителю за поддержку и помощь. Благодарность участникам группы за то, что разделяли ответственность и работали всей командой.
Свобода	Возможность быть старшим (лидером), проявить инициативу, контролировать. Возможность быть взрослеющим и ответственным рядом с детьми.
Испытания	Потери. Преодоление скованности и неуверенности через попытки говорить о себе и про себя. Работа с детьми из детдома. Видеть и слышать другого посредством выполнения группового упражнения. Признание и понимание своих ошибок. Рефлексия на предмет совершения ошибок. Рефлексия готовности рисковать. Лёгкость в актерской игре при многократном повторении роли.

3.2.5 Аутентификация в онлайн образовании

В современном образовании имеет место тенденция к реформированию дистанции между различными участниками и аспектам образовательного процесса. В частности, широко внедряются системы дистанционного обучения в формате онлайн курсов, электронных семинаров, широкому использованию открытых ресурсов Интернет. В этой связи возникает ряд актуальных проблем, связанных с контролем знаний, мотивации, компетенций, результативности и эффективности онлайн обучения.

Кроме иных аспектов контроля, важное место занимает проблема контроля аутентичности, подлинности. Проблема аутентификации становится не только проблемой начального и итогового контроля, но и проблемой перманентной: необходимо проводить аутентификацию пользователей в сетях, аутентификацию информации, аутентификацию эффективности, аутентификацию психологических процессов дистанционного пространства.

Процедура аутентификации подразумевает выявление соответствия экзистенции человека основаниям, возможностям, ожиданиям и условиям. В пространстве онлайн образования необходимо выявлять и прояснять соотношение ожиданий с действительностью, мнимого с реальностью.

Соотношение успеваемости, активности с самооэффективностью слушателей онлайн курсов. В данном исследовании мы изучали аутентификацию вовлеченности слушателей онлайн курса в обучающий процесс. Ранее мы описывали созданные нами условия обучения на образовательной платформе в виде выполнения ряда разноплановых упражнений и активности на форуме (см. §2.6).

Диаграмма на рисунке 20 показывает соотношение всех видов выполненных заданий слушателями группы «отличников». Слушатели группы «отличники» сконцентрировали силы на выполнении заданий на оценку, делая их на максимально высокие баллы, и обеспечивая, таким образом, себе успешность в прохождении курса. Слушатели этой группы также равномерно распределяли

силы на выполнение заданий на самооценку и участие в обсуждениях на форуме. Дополнительные задания этой группой слушателей выполнялись меньше, чем в других исследуемых группах.

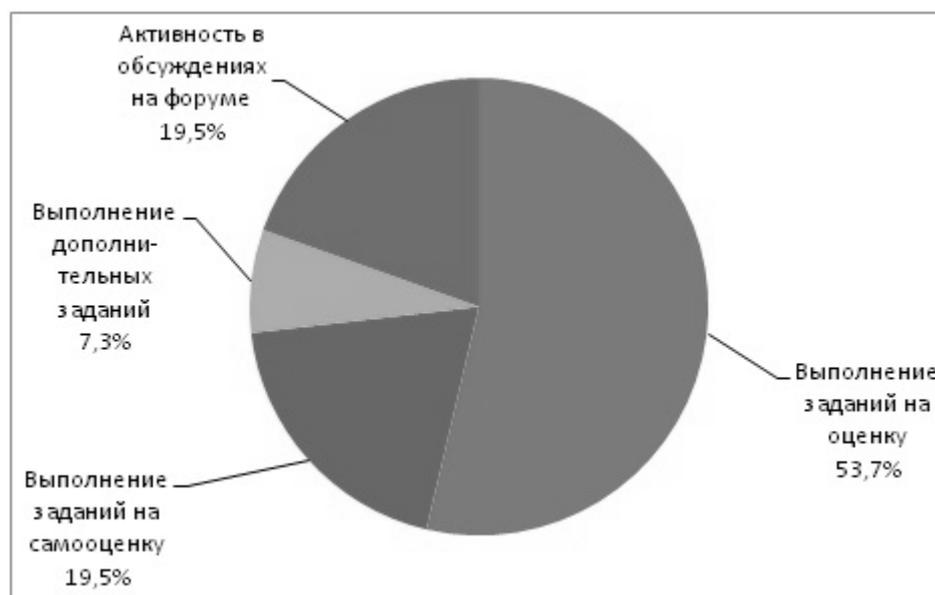


Рисунок 20 – Диаграмма соотношения выполненных заданий слушателями группы «отличники»

Диаграмма на рисунке 21 показывает соотношение всех видов выполненных заданий слушателями группы «хорошистов». Слушатели из группы «хорошисты» отдавали предпочтение творческим заданиям, выполняя их на высокий балл, в среднем на 80% из 100% из возможных баллов, получая при этом невысокие баллы за проверочные тесты. Слушатели этой группы интенсивнее вовлекались в задания на самооценку и дополнительные задания, чем слушатели группы «отличники» и чуть меньше участвовали в обсуждениях на форуме.

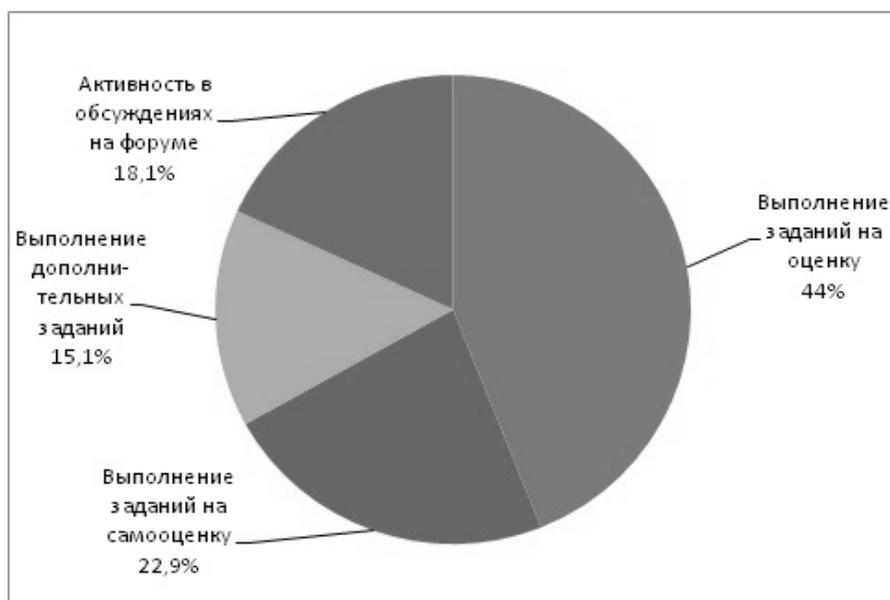


Рисунок 21 – Диаграмма соотношения выполненных заданий слушателями группы «хорошисты»

Диаграмма на рисунке 22 показывает соотношение всех видов выполненных заданий слушателями группы «троечники». Слушатели группы «троечники», выполняли все задания на оценку, но получали за них низкие оценки. Однако слушатели этой группы выполняли больше половины заданий на самооценку и дополнительные задания, но были чуть менее активны на форуме в сравнении с группами «отличники» и «хорошисты». Характерная особенность группы «троечников» заключается в том, что, набрав 60% и чуть больше от общего объёма курса, что является достаточным для его успешного завершения, слушатели «выпадают» из процесса, и их активность при выполнении заданий на оценку падает.

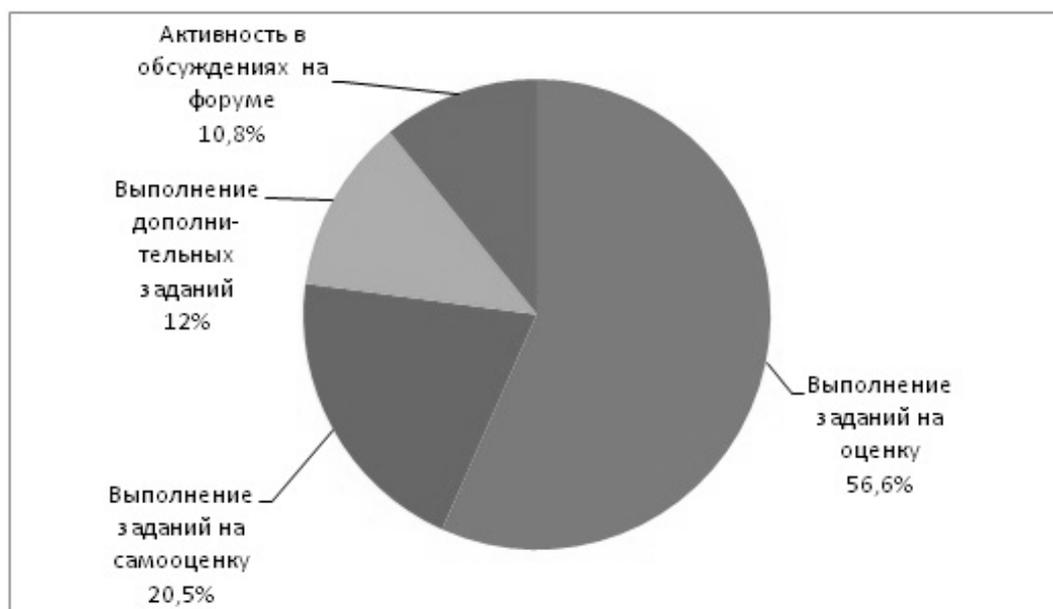


Рисунок 22 – Диаграмма соотношения выполненных заданий слушателями группы «троечники»

Диаграмма на рисунке 23 показывает соотношение всех видов выполненных заданий слушателями группы не завершивших по формальным признакам обучение («двоечники»). Группа слушателей, не завершивших обучение, практически не выполняли задания на оценку. Однако, при их выполнении заданий (во многих случаях это были творческие задания), слушатели получали высокие баллы. Данная группа слушателей проявляла максимальную активность на форуме в сравнении со всеми группами и выполняла больше заданий на самооценку и дополнительных заданий, чем группа «отличников».

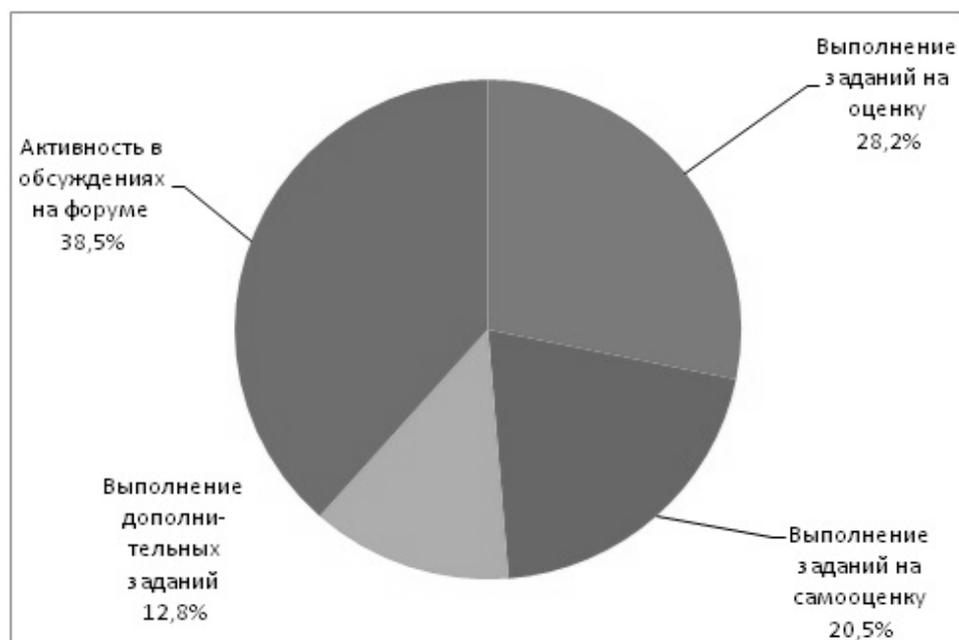


Рисунок 23 – Диаграмма соотношения выполненных заданий слушателями группы «двоечники»

Отметим также, что в ряде случаев мы наблюдали, что задания на самооценку и дополнительные задания начинают выполняться слушатели всех групп с середины курса и затем последовательно выполняются до завершения курса. В это же время растёт активность на форуме за счёт появления новых тем к обсуждению и объявления о фотоконкурсе от преподавателей для слушателей. Возможно, это обусловлено входом в проблемное поле и адаптацией к формату онлайн обучения. Наблюдается тенденция: при низкой оценке за творческое задание или за проверочный тест, слушатель выполняет задания на самооценку и дополнительные задания, относящиеся к данной лекции. Возможно, такая психологическая активность является ответом на неуспех и преодолением такого опыта, что обусловлено заинтересованностью в изучаемом предмете и желанием разобраться в теме.

Согласно качественному анализу тем для обсуждения, созданных слушателями, и по анализу тематик дополнительных заданий и заданий на самооценку, значительная часть слушателей (более 75% слушателей)

использовала онлайн пространство для личного развития, а не для получения документа о дополнительном образовании.

На основании наших результатов можно предположить, что высокая активность участников в обсуждениях на форуме и выполнение предложенных заданий не всегда является маркером успешного завершения курса по формальным признакам для получения сертификата. В онлайн образовании возникают новые качества присутствия (экзистирования), требующие специального уточнения и понимания. Для дальнейшего исследования и уточнения смыслов нами была проведена аутентификация полезности и эффективности, посредством сбора данных о полезных действиях и эффектах слушателей в процессе обучения.

Аутентификация благоприятных эффектов в онлайн обучении. Слушателям онлайн курсов было предложено заполнить разработанную нами «рефлексивную форму слушателя онлайн курса», позволяющую исследовать нюансы психологической активности, вовлеченности, мотивации, самоэффективности в процессе онлайн обучения. Мы предполагаем, что рефлексивная активность слушателей в процессе обучения онлайн влияет на их успешность и направленность на завершение того или иного курса.

Результаты анализа первого блока рефлексивной формы представлены в диаграммах на рисунках 24–27 в отношении полезности обучения, эмоционального состояния, степени освоения предмета и психологического обновления соответственно.

На диаграмме (Рисунок 24) видно, что значительная часть слушателей высоко оценивают степень полезности изучения тем, содержащихся в модуле курса. 9% слушателей оценивают содержание курса как нейтральное в отношении изучаемого предмета. В нашей выборке нет слушателей, оценивших курс как бесполезный в освоении предмета.

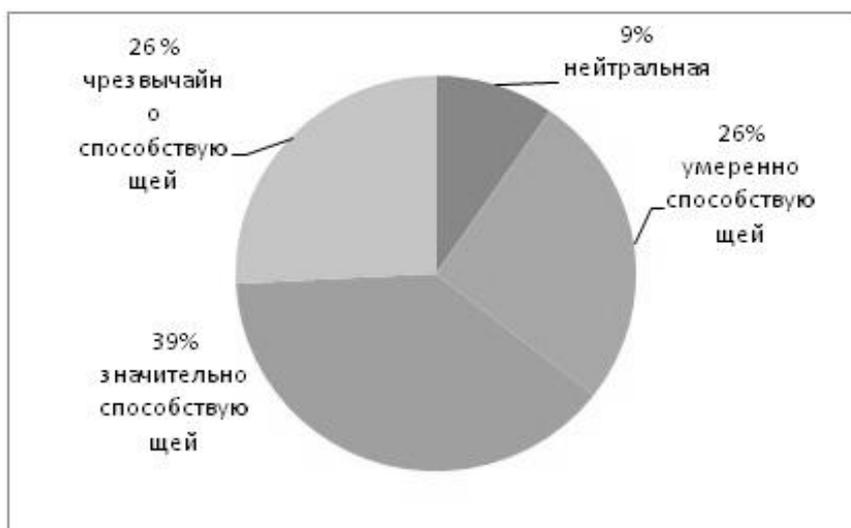


Рисунок 24 – Оценка степени полезности изучения темы в отношении предмета обучения

Эмоциональное состояние группы слушателей в целом позитивное и очень хорошее (Рисунок 25). Только 3% слушателей чувствуют себя «удовлетворительно». Заметим, что категории «плохо» и «очень плохо» в оценке самочувствия выбраны не были.

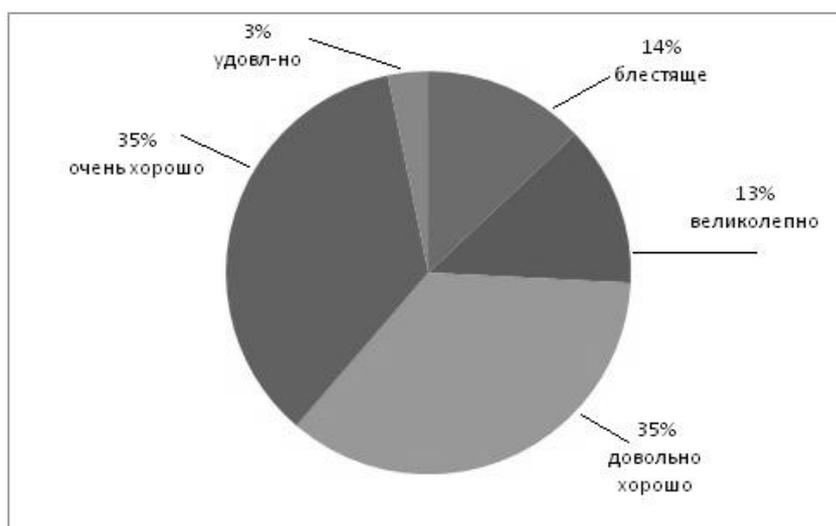


Рисунок 25 – Оценка эмоционального состояния в отношении онлайн обучения

Аутентификация достижения результата, позволяет уточнить насколько по ощущениям слушателей содержание курса (в нашем примере на рисунке 26 итогового модуля) способствует освоению предмета. Результаты субъективных оценок показывают, что 65% нашей группы слушателей «хорошо», «значительно»

и «очень хорошо» продвинулись в освоении предмета, 3% слушателей «не сдвинулись с места», 32% – продвинулись «немного» и «слегка».

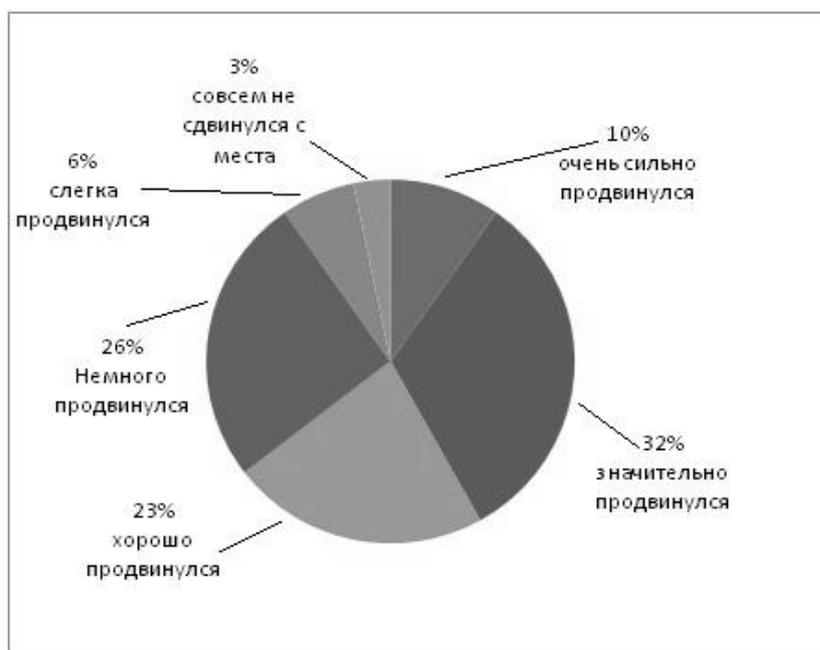


Рисунок 26 – Оценка достижения результата и освоение предмета

Оценка степени психологического обновления слушателей (Рисунок 27) позволяет делать выдвигать предположения о том, насколько содержание курса может способствовать активации активности слушателей, выражающейся в позитивном и обновленном взгляде на свою деятельность и жизнь. Предположения в этом аспекте необходимо уточнять и соотносить с рефлексивными описаниями. На основании количественных данных оценки степени обновления и рефлексивных описаний в нашей выборке слушателей мы можем сделать вывод о том, для что более, чем 60% участников содержание курса «Гениальность. Одаренность. Посредственность» способствует обновлению и активации творческой деятельности.

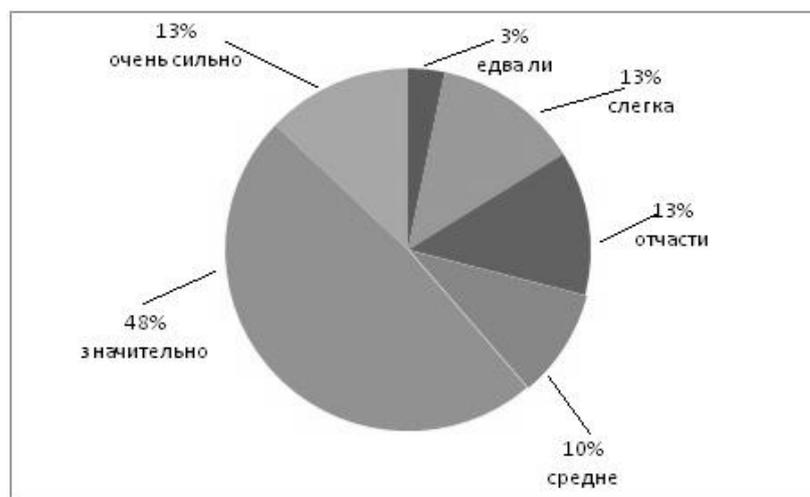


Рисунок 27 – Оценка психологического обновления слушателей онлайн курса

При анализе количественных данных рефлексивных форм (блок на личную эффективность) было обнаружено, что слушатели не дают себе удовлетворительных оценок в аспектах добросовестности обучения, честности, результативности и вовлеченности. По всем перечисленным шкалам слушатели оценивают свою активность на «хорошо» и «отлично», причем 45,2% участников оценивают свою добросовестность, результативность и вовлеченность на «хорошо», 54,8% – оценивают свою добросовестность, результативность и вовлеченность на «отлично». По шкале «честность» 67,7% участников дают себе оценку «отлично» и 32,3% – оценку «хорошо». Вероятно, это обусловлено специфическими условиями среды онлайн обучения: слушатель обучается в удобное для него время, в удобном месте и в хорошем настроении.

Качественные данные, собранные с помощью рефлексивных форм позволили нам выявить наиболее значимые полезные события (благоприятные эффекты), действия (личные и со стороны преподавателя, куратора курса), а также яркие (положительные и отрицательные) открытия, мысли, переживания слушателей, связанные с изучением предмета в формате онлайн. В таблице 11 представлены основные благоприятные эффекты, выявленные феноменологическим методом интерпретации отдельно взятого текста.

В случае реализации курса «Гениальность. Одаренность. Посредственность» благоприятными эффектами, способствующими онлайн

обучению и усвоению материала стали: изучение рекомендуемой литературы, использование полученных знаний в практической работе и жизни, пересмотр (переосмысление) существующих понятий и прояснение заблуждений в отношении изучаемого предмета, обновление взглядов на предмет личной гениальности, одарённости и посредственности. Таким образом, мы наблюдаем, что цели курса соответствуют психологическим эффектам, отмеченным слушателями в результате обучения.

Таблица 11 – Благоприятные эффекты, способствующие онлайн обучению

Благоприятные эффекты	Примеры ответов клиентов	Количество участников, упомянувших данный эффект	Процент от общего количества участников %
Изучение рекомендуемой литературы из основного и дополнительного списка	<i>Я нашла полную версию стихотворения Пушкина, чьи строки приводятся в лекции и поняла, что доселе знала не того Пушкина...</i>	8	26%
Использование полученных знаний (и практических рекомендаций) в повседневной жизни (работе)	<i>Некоторую информацию использовала на родительских собраниях, со ссылкой на курс. Использую этот курс для проверки/тренировки собственной дисциплины. По первой неделе справился почти со всем – посмотрим далее как продержусь.</i>	9	29%
Пересмотр (переосмысление) существующих понятий и прояснение заблуждений	<i>С удивлением обнаружил, что мое понимание гениальности, одаренности и посредственности было неправильным! Новые взгляды на эти вопросы помогают мне как самому лучше понимать происходящее, так и лучше объяснять другим.</i>	16	52%

Окончание таблицы 11

Благоприятные эффекты	Примеры ответов клиентов	Количество участников, упомянувших данный эффект	Процент от общего количества участников %
Обновление взглядов на предмет личной гениальности, одарённости и посредственности	<i>Люблю открывать новое и «копаться» в себе, что позволяет раскрыть что-то интересное о человеке в целом и непосредственно о самой себе. Сделала я пока мало... подумала, подумала и начала рисовать.</i>	15	48%

Анализ рефлексивных данных позволяет также поставить проблему аутентификации дистанционного обучения как проблему психологического дистанцирования и сформулировать основные смыслы формирования психологической дистанции [84, с. 124]: разработчиков курсов от содержания, преподавателя курса от своего образа жизни, слушателя от сложности и глубины предмета, слушателя от преподавателя и от группы «сокурсников». На данный момент мы не можем утверждать, но можем предположить на основании рефлексивных описаний слушателей, что наличие дистанции у слушателя от преподавателя и сложности предмета не влияет на реализацию своего личностного потенциала и развитие личной творческой жизни. Среди респондентов были слушатели, не завершившие курс по формальным признакам, не участвующие в «жизни» форума курса, но разделяющие подход преподавателей курса, мотивированные на улучшение качества жизни, эффективную работу с проблемами и успешно развивающие индивидуальные творческие проекты, продолжающие основные идеи курса.

В случае дистанционного образования процедуру аутентификации полезно осуществлять на каждом этапе реализации курса. Предлагаемая нами процедура аутентификации позволяет говорить об адекватности и доказательности эффективности обучающего онлайн пространства в целом, о соотношении успеваемости слушателей с их активностью и самоэффективностью, о динамике самоидентификации, о качестве мотивации и влияющих на них факторах.

3.3 Способы презентации рефлексивных данных

Вопрос презентации рефлексивных данных является предметом дискуссий в современной психологии [16, 28, 134, 153, 180, 181] и не имеет однозначного ответа. Для наглядного изображения результатов чаще всего используются таблицы, гистограммы, диаграммы и другие способы. Помимо названных, также используется метод построения процессуальных карт [150, 154], разработанный ведущими специалистами в области психологической помощи. Метод стал хорошим средством наглядного изображения многих процессов и изменений у клиентов. Визуальные схемы могут использоваться терапевтами для улучшения процесса терапии. Однако, в отношении построения процессуальной карты, основной сложностью может стать низкая частота некоторых комбинаций явлений и действий. Тем не менее, смысловое поле процессуальных карт может быть сформулировано достаточно полно и точно. В наших исследованиях принцип построения процессуальных карт широко использовался в различных психологических контекстах и позволял продемонстрировать нюансы динамики психологических процессов, соответствие целей и оснований, особенности и интенсивность психологической активности участников процесса. Таким образом, процессуальные карты позволяют наглядно проиллюстрировать эффективность терапии и в то же время, полезность аутентификации.

Рассмотрим некоторые примеры использования процессуальных карт в исследуемых нами пространствах психологической помощи.

Процессуальные карты в обобщении результатов динамики терапии. В наших примерах на рисунках 28–30 процессуальные карты показывают соотношения благоприятных действий и эффектов в групповой экзистенциальной терапии на различных этапах работы. Процессуальная карта (Рисунок 28) позволяет наглядно видеть соотношение эффективных действий терапевта и клиентов на начальном этапе групповой психотерапии. Ширина линий между видами действий пропорциональна частоте упоминаний в рефлексивных описаниях клиентов. Некоторые действия терапевта (представляются более

широкими стрелками) более заметны клиентам в качестве помогающих: действия, позволяющие им быть более активными и включенными в процесс. Самым распространенным благоприятным и помогающим из называемых эффектов на первом этапе терапии является реальное и подлинное проживание жизни.

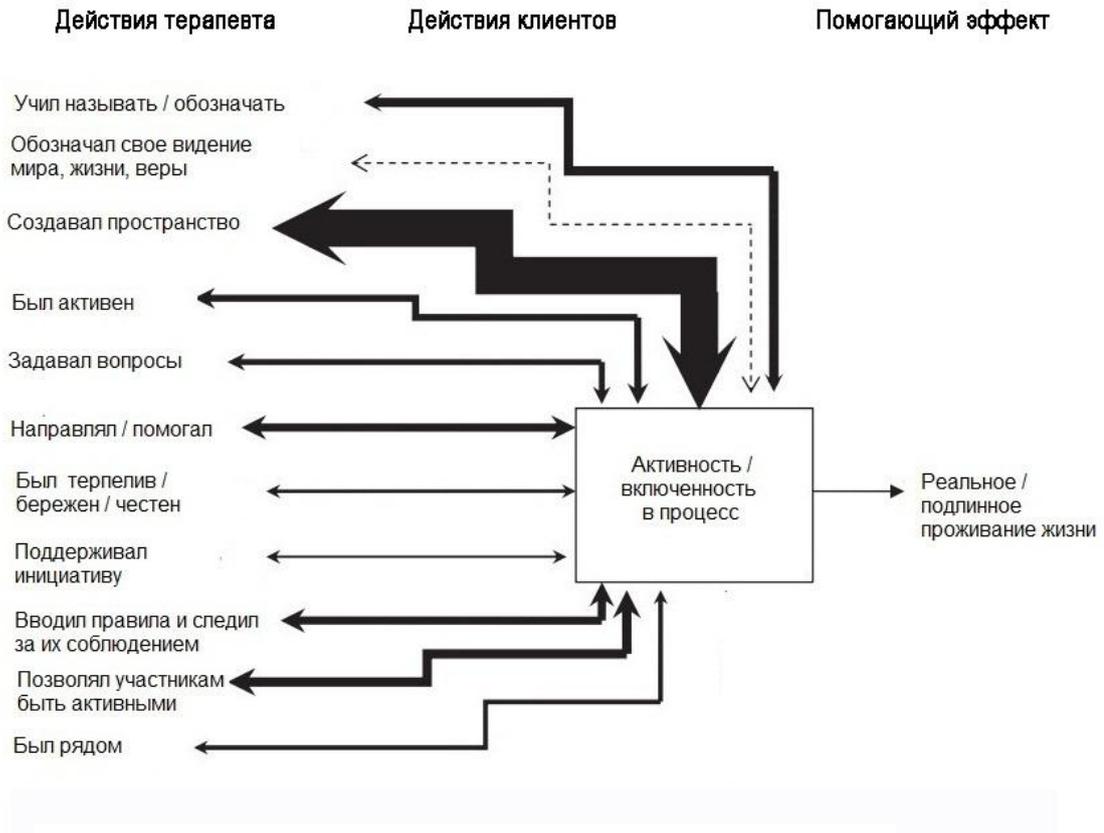


Рисунок 28 – Процессуальная карта соотношения эффективных действий терапевта и клиентов на первом этапе групповой терапии

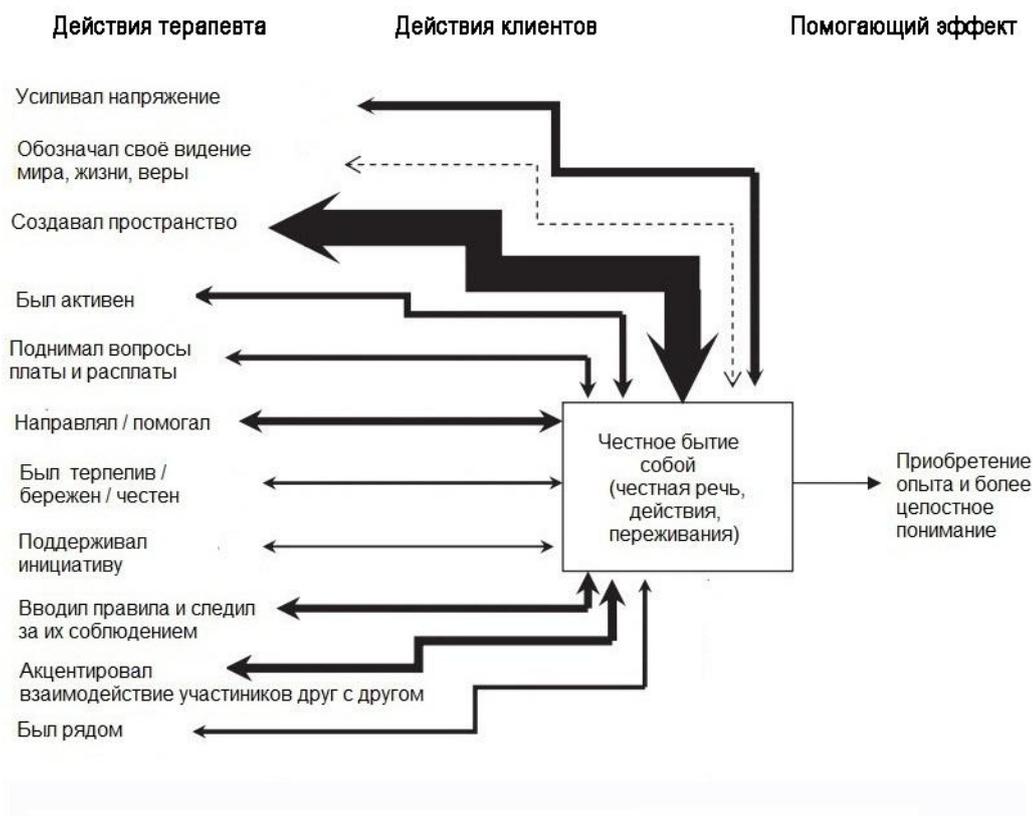


Рисунок 29 – Процессуальная карта соотношения эффективных действий терапевта и клиентов на втором (промежуточном) этапе терапии

Второй этап терапии (Рисунок 29) открывает новые смыслы работы участников, в результате чего определяются иные благоприятные действия клиентов: честность бытия, смелость в речи, действиях, переживаниях. Реляционные действия терапевта благоприятствуют приобретению участниками реального опыта, способности видеть других участников, а также более целостно понимать себя и все происходящее (помогающий эффект).

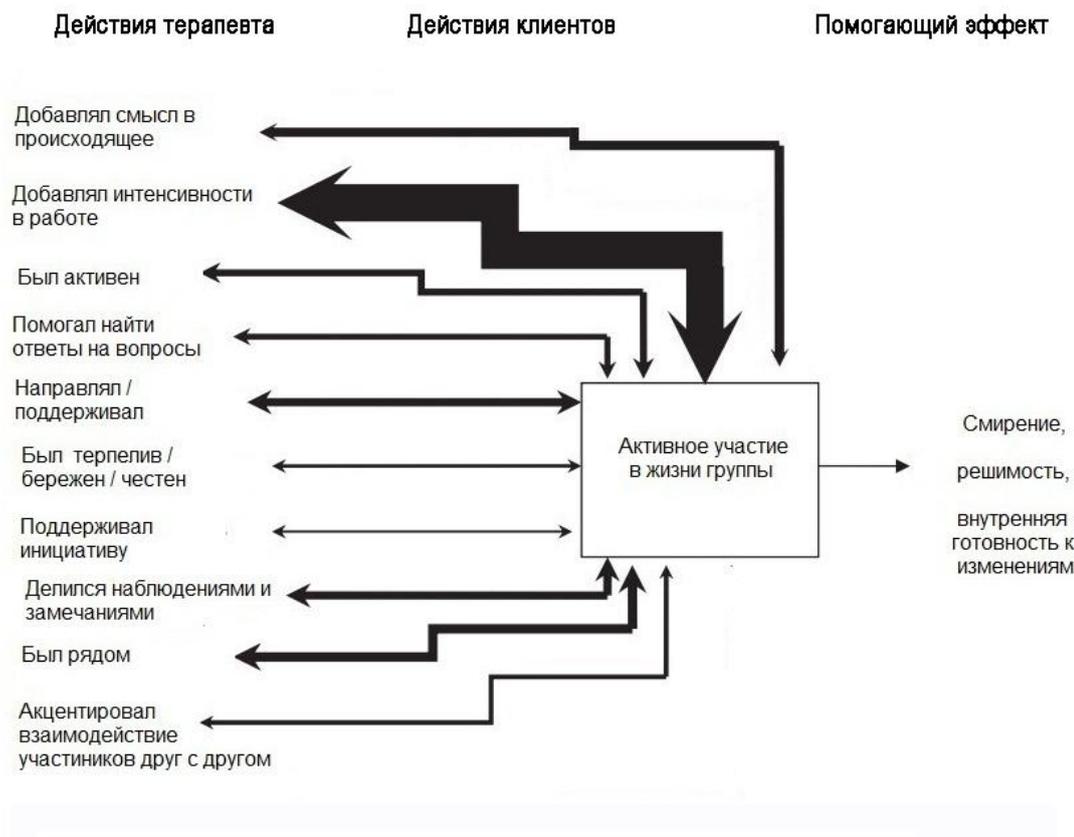


Рисунок 30 – Процессуальная карта соотношения эффективных действий терапевта и клиентов на третьем (заключительном) этапе терапии

Процессуальная карта заключительного этапа (Рисунок 30) показывает значимость следующих терапевтических эффектов: смирение, решимость, внутренняя готовность к изменениям. К этим эффектам привела более активная работа в группе, обновление, приобретение новых смыслов уже знакомых понятий.

Процессуальные карты в соотношении целей клиентов и терапевта в групповой терапии. Процессуальная карта (Рисунок 31) визуально показывает соотношение целей клиентов и целей, декларируемых терапевтом (подходом). На карте представлены наиболее часто встречающиеся формулировки целей участников, зафиксированных до начала психотерапии, и основные смысловые темы целей подхода «Интенсивной Терапевтической Жизни» А.Е. Алексейчика. Ширина стрелок, соотносящих цели клиентов и основания подхода, пропорциональна частоте упоминаний в рефлексивных описаниях клиентов.

Например, самой часто встречающейся клиентской целью была неудовлетворенность (недовольство собой, своими поступками).



Рисунок 31 – Процессуальная карта соответствия целей клиентов на терапию и цели терапии

Построение процессуальной карты в индивидуальном консультировании. Процессуальная карта (Рисунок 32) была разработана по результатам феноменологического анализа рефлексивных описаний клиента индивидуальной экзистенциальной психотерапии. Благоприятные действия терапевта (проясняет, поддерживает, помогает и др.) и активность клиента, выраженная в таких действиях как: проявление активности, стремление понять, внимательность и аккуратность, способствуют достижения благоприятных терапевтических эффектов – адекватной самооценке, возвращении к основаниям, активации творческой деятельности и др.



Рисунок 32 – Процессуальная карта терапевтического процесса в индивидуальном консультировании

3.4 Рекомендации для систем образования и экспертизы

На основании анализа зарубежных публикаций и эмпирических данных была разработана процедура аутентификации и концепция продолжения исследований реляционных моделей оценки эффективности помогающих психологических пространств. В том числе и прикладных исследований, направленных на экспертизу и разработку образовательных практик. Концепция включает матрицу базовых аспектов реляционности, методы и методики сбора и интерпретации данных. Сформирована батарея русифицированных рефлексивных методик.

Разработка и использование реляционных моделей эффективности помогающих психологических пространств позволяет совершенствовать такие процессы, как отбор талантов, организация социальных воронок вовлеченности, контроль формирования компетенций.

В перспективе исследований мы предлагаем опираться на принцип трехмерности реляционных моделей оценки эффективности помогающих психологических пространств, воплощающийся в базовом соотношении трех ролей участников помогающих психологических пространств. Три роли

помогающего взаимодействия (отношения, реляционности), уточняясь и конкретизируясь, задают содержание эффективности:

- 1) терапевт (подход, учебный курс),
- 2) клиент (студент, участник),
- 3) предмет (проблема, цель) (мы придаем предмету статус субъекта, поскольку подразумеваем его участие в отношениях, то есть считаем, что имеет место рефлексивность, присущая предмету, которая реализуется в человеческой экзистенции).

Эти роли можно назвать объективированными, заданными, априорными ролями. Они реализуются в динамике трех спонтанных ролей: говорящего, слушающегося, оцениваемого.

Реализация априорных ролей в спонтанном, обновляющемся, живом содержании изучается в девяти контекстах:

- 1) Контекст предложений;
- 2) Контекст гипотез (предположений);
- 3) Контекст решений (объективаций);
- 4) Контекст доверий;
- 5) Контекст ожиданий;
- 6) Контекст ответственности;
- 7) Контекст риска;
- 8) Контекст актуальности;
- 9) Контекст эффективности.

Конкретное исследование может быть сосредоточено на одном или нескольких контекстах, а также может объединять все контексты при условии полноты эмпирических данных.

Концепция разработки реляционных моделей оценки эффективности помогающих психологических пространств представлена в таблице 12.

Таблица 12 – Концепция исследования реляционных моделей эффективности помогающих психологических пространств

Контекстное поле	Исследуемый аспект реляционности	Тип собираемых данных	Источник данных	Метод сбора данных	Процедуры сбора данных	Методы интерпретации данных	Способы представления результатов
1	2	3	4	5	6	7	8
Исследование оснований активности (интенциональности, инициативности подхода, терапевта)							
Контекст предложений	Подход, терапевт, курс Говорит – Клиент, пациент, студент Слушает	Данные о целях и основаниях	Презентационные документы, публикации, отчеты	Тексты, стандарты зированные для контент-анализа	Сбор документов и публикаций, интервью с терапевтами авторами перед реализацией практических задач	Феноменологический анализ, дискурс-анализ, семантический анализ	В краткой форме – списки целей, оснований, смыслов. В развернутой форме – описания подходов
Исследование оснований активности (интенциональности, инициативности подхода, терапевта)							
Контекст гипотез (предположений)	Подход, терапевт, курс Говорит – Предмет, проблема, задача Слушает	Данные о действиях терапевта	Стенограммы событий задания, маркеры контроля	Тексты, стандарты зированные для контент-анализа	Сбор стенограмм, заданий терапевтов (ведущих курсов) после реализации практических задач	Феноменологический анализ, дискурс-анализ, семантический анализ	В краткой форме – в форме списка основных смыслов действий терапевта. В развернутой форме – описание помогающих и мешающих действий
Контекст решений (объективаций)	Подход, терапевт, курс Говорит –Подход, терапевт, курс Слушает	Данные самооценки и тенденции изменений в концепциях ведущих терапии, авторов курсов, документах, публикациях	Самооценка, интервью, новые презентации, документы	Тексты, стандарты зированные для контент-анализа	Сбор рефлексивных отчетов (форм) самооценки, интервью на предмет самооценки в ходе реализации практических задач,	Феноменологический анализ, дискурс-анализ, семантический анализ	Гистограммы самоэффективности терапевтов, графические представления тенденций изменений, области рефлексии

Продолжение таблицы 12

Контекстное поле	Исследуемый аспект реляционности	Тип собираемых данных	Источник данных	Метод сбора данных	Процедуры сбора данных	Методы интерпретации данных	Способы представления результатов
1	2	3	4	5	6	7	8
					новых документов, свидетельствующих о тенденции изменений и рефлексии авторов концепций, подходов		
Контекст решений (объективаций)	Подход, терапевт, курс Говорит –Подход, терапевт, курс Слушает	Данные самооценки и тенденции изменений в концепциях ведущих терапии, авторов курсов, документах, публикациях	Самооценка, интервью, новые презентации, документы	Тексты, стандартизированные для контент-анализа	Сбор рефлексивных отчётов (форм) самооценки, интервью на предмет самооценки в ходе реализации практических задач, новых документов, свидетельствующих о тенденции изменений и рефлексии авторов концепций, подходов	Феноменологический анализ, дискурс-анализ, семантический анализ	Гистограммы самоэффективности терапевтов, графические представления тенденций изменений, области рефлексии
Исследование оснований активности клиента (обстоятельств, жалоб, потребностей клиента)							
Контекст доверий	Клиент, пациент, студент Говорит – Подход, терапевт, курс Слушает	Данные о целях, проблемах, намерениях (клиента, пациента, студента)	Постановка клиентом целей/задач, формулирование проблем для разрешения	Анкетирование, интервью, специализированные формы опроса	Стенограммы событий на этапе постановки целей, формы целей	Феноменологический анализ	Процессуальные карты, феноменологические описания целей и проблем

Продолжение таблицы 12

Контекст ное поле	Исследуем ый аспект реляционно сти	Тип собираемых данных	Источник данных	Метод сбора данных	Процедуры сбора данных	Методы интерпретации данных	Способы представления результатов
1	2	3	4	5	6	7	8
Контекст ожиданий	Клиент, пациент, студент Говорит – Предмет, проблема, задача Слушает	Данные о степени важности, актуальности напряженности	Оценка клиентом значимости и актуальност и проблем, задач, целей	Анкетирован ие, интервью, специализиро ванные формы опроса, в т.ч. вопросы на самооценку	Формы оценки клиентом значимости целей	Феноменологич еский анализ	Процессуальные карты, графики изменения значимости целей, степени их достижения
Контекст ответстве нности	Клиент, пациент, студент Говорит – Клиент, пациент, студент Слушает	Данные об изменении значимости, важности, степени решения	Рефлексивн ые отчёты клиентов	Наблюдения психометриче ские методы, измерения, рефлексивны е отчеты клиентов	Формы оценки клиентом степени достижения целей	Феноменологич еский анализ	Графики изменений значений оценки достижения целей
Исследование оснований активности предмета, проблемы, цели							
Контекст риска	Предмет, проблема, задача Говорит – Подход, терапевт, курс Слушает	Данные о дискурсе, семантике, смысловом содержании, феноменальном поле	Тексты интервью и стенограмм событий на этапе постановки целей	Интервью, стенограммы речи клиента, обратная связь от клиентов, студентов	Формы постановки целей и обозначения проблем клиентами	Феноменологич еский анализ	Процессуальные карты, таблицы соответствия целей клиентов целей терапевта

Окончание таблицы 12

Контекст ное поле	Исследуем ый аспект реляционно сти	Тип собираемых данных	Источник данных	Метод сбора данных	Процедуры сбора данных	Методы интерпретации данных	Способы представления результатов
1	2	3	4	5	6	7	8
Контекст актуально сти	Предмет, проблема, задача Говорит – Клиент, пациент, студент Слушает	Данные о способах и средствах идентификации и манифестации предмета	Сообщения об обстоятельст вах возникновен ия и проявления проблемы, цели	Экспертные оценки, наблюдения, измерения, обстоятельства	Описания проблем, целей клиентами	Феноменологич еский анализ	Феноменологические описания проблем, явлений
Контекст эффектив ности	Подход, терапевт, курс Говорит – Подход, терапевт, курс Слушает	Данные об изменениях свойств и характера предмета	Оценка результатов и эффективнос ти терапевтом, автором, экспертом, в том числе на основании анализа всей совокупност и данных	Рефлексивные отчеты, наблюдения, сравнительны й анализ оценок, экспертные заклучения	Результаты интерпретаций текстов, опросных листов, сообщений и интервью	Феноменологич еский анализ	Академические формы обоснования и представления подходов, концепций

3.4.1 Технологии анализа когнитивной активности человека

Сегодня анализ когнитивной активности человека подразумевает различные параметры от генетических до психологических. В ряде случаев уместно использовать рефлексивные данные.

Нами собраны и апробированы методики, которые мы рекомендуем для сбора эмпирических данных и организации исследований, опирающихся на метод анализа значимых событий. Как мы уже упоминали ранее, зарубежными исследователями накоплен значительный опыт в этой области, разрабатываются методики для различных вариантов помогающих психотерапевтических практик. Мы продолжаем их изучение, адаптацию и возможности применения в общепсихологическом смысле в помогающих и образовательных пространствах.

Анализ когнитивной активности человека в контексте помогающих взаимодействий мы предлагаем осуществлять на основе вышеизложенной Концепции исследования реляционных моделей эффективности помогающих психологических пространств и комплекса предлагаемых нами рефлексивных методик (Приложения А–М), описанных в настоящей диссертации.

В качестве источника данных для анализа когнитивной активности мы предлагаем использовать:

- а) презентационные документы, публикации, отчеты;
- б) стенограммы событий, задания, маркеры контроля;
- в) данные самооценки, интервью, презентаций.

Для интерпретации результатов мы предлагаем использовать феноменологический метод в различных вариантах: тематический анализ В. Браун [143], метод интерпретативного феноменологического анализа Дж. Смит [222], феноменологический анализ К. Мустакас [205], метод феноменологической интерпретации А. Джорджи [180].

Выводы по главе 3

В третьей главе диссертации приводится описание результатов эмпирического исследования аутентичности в пространствах психотерапии, социотерапии и дистанционного образования. Аутентификация в помогающих пространствах проводилась с целью выявления соответствий в отношении целей, оснований, ожиданий участников помогающего процесса. Выявление соответствий имеет решающее значение в определении эффективности помогающего процесса. В пространствах психотерапии и социотерапии смысловое соответствие целей клиентов и целей терапевтов повышает уровень эффективности процесса терапии.

На этапе адаптации рефлексивных методик, принимая во внимание рекомендации участников исследования по усовершенствованию методик, были разработаны различные варианты рефлексивных форм (бланков), отвечающих особенностям помогающей практики, в которой они могут быть использованы.

Для презентации качественных данных нами были использованы таблицы, диаграммы, гистограммы и процессуальные карты, что позволило наглядно продемонстрировать процесс проведения аутентификации на примерах различных помогающих пространств, динамику эффективности помогающего события, помогающие действия участников события и благоприятные эффекты. Подобный формат презентации качественных данных, полученных в ходе анализа и интерпретации, облегчает задачу специалистам в ситуации необходимости представления результатов феноменологических исследований для экспертизы. На основании полученных результатов и обобщений нами сформулированы рекомендации для систем образования и экспертизы, суть которых заключается в том, что при планировании и проведении качественных исследований аутентификации помогающих психологических пространств необходимо учитывать базовые аспекты реляционности, применять адекватные задачам методы и методики для работы с рефлексивными данными – на этапах сбора, обработки, интерпретации и презентации данных.

В этой связи нами была разработана и описана Концепция исследований реляционных моделей эффективности помогающих психологических пространств, включающая матрицу базовых аспектов реляционности, адаптированные методы и методики сбора, интерпретации и представления рефлексивных данных. Наши исследования и полученные результаты показывают перспективы использования реляционных моделей эффективности помогающих психологических пространств, обладающих потенциалом для организации социальных пространств по отбору талантов, контролю и формированию компетенций, интенсификации вовлеченности.

На основании полученных результатов нами также описана технология анализа когнитивной активности человека в контексте помогающих взаимодействий. Подобный анализ мы предлагаем осуществлять на основе разработанной нами Концепции исследования реляционных моделей эффективности помогающих психологических пространств с опорой на сформированный нами комплекс до- и после-сессионных рефлексивных методик. Источниками данных для анализа когнитивной активности могут стать презентационные документы, публикации, рефлексивные описания, проектные работы, программы, интервью и др. Для интерпретации данных мы предлагаем использовать феноменологические методы анализа.

Основные выводы третьей главы диссертации заключаются в следующем:

1. Процедура аутентификации помогающих психологических пространств соответствует интенсивности намерений трансформировать идентичность (личность, жизнь, опыт).

2. Идеология свободы, плюрализма, вариативности понимания полезности, связана с риском аутизации – изолированности практики от реальности. Процедура аутентификации помогающего психологического пространства является способом контроля этого риска.

3. Полученные в исследовании результаты свидетельствуют о необходимости понимания аутентификации как экспликации критериев эффективности и полезности, основанных на смысловом соответствии.

4. Проверку на подлинность целесообразно осуществлять в каждом конкретном случае, поскольку невозможно сформулировать универсальные решения и критерии полезности.

5. На основании полученных результатов можно сформулировать рекомендации по методам и процедурам аутентификации различных помогающих психологических пространств: форма сбора данных должна определять качество рефлексии участников помогающего события.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Настоящее исследование посвящено изучению проблемы аутентификации помогающих психологических пространств в контексте методологического плюрализма в психологии. В ряде современных помогающих контекстов были выявлены и уточнены способы эмпирического доказательства полезности действий и практик, подразумевающих психологическую самоорганизацию и саморазвитие.

Выбор методов исследования, источников данных, сбора, анализа и интерпретации данных, а также контекстов исследования был продиктован замыслом исследования. Широкий круг методов и методик, используемых в исследовании, применялся в отечественных психологических исследованиях впервые. Значимыми эмпирическими результатами стали: русификации, адаптации и апробации комплекса методов для работы с рефлексивными данными, разработка процедуры аутентификации помогающих психологических пространств, а также практика успешной экстраполяции методов, применяемых в европейских исследованиях для доказательности полезности действий и эффективности в психотерапии, на контексты психологических и образовательных практик.

Поставленные в ходе исследования задачи были решены, общая гипотеза исследования о значимости аутентификации (рефлексии подлинности) событий и действий в помогающих психологических пространствах, направленных на процессы самоидентификации, подтвердилась. Полученные результаты позволили сформулировать следующие выводы:

1) Теоретический анализ публикаций и исследований показал актуальность тенденции к манипулированию процессами идентификации, дефицита подлинности жизненных и психологических пространств. Плюрализм подходов и мировоззрений требует изучения проблемы доказательности полезности и эффективности действий, экспликации оснований и уровней самоорганизации и саморазвития человека.

2) В контексте методологического плюрализма современные помогающие психологические пространства, подразумевающие саморазвивающую активность участников, входящих в эти пространства, нуждаются не только в рефлексии самоидентификации, но и в аутентификации – рефлексии оснований и соответствий идентичности, в виду рисков иллюзорности, фиктивности изменений. Проверка на подлинность психологических пространств позволяет контролировать эти риски и организовывать рефлексии высокого уровня – рефлексии ситуации, актуальную ввиду невозможности формулирования универсальных решений.

3) Адаптация методов работы с рефлексивными данными позволяет исследовать психологические пространства, опираясь не на квазиуниверсальные критерии, а на соотношения ожиданий и действительности, на опыт аутентификации психологического пространства, эксплицировать значимые соответствия в сложных ситуациях взаимодействия.

4) Характерной особенностью помогающих процессов в практиках современных российских специалистов, идентифицирующих себя с различными направлениями и разделяющих принципы плюралистического и системно-антропологического подходов, является высокая психологическая активность участников процесса, проявляющаяся в готовности к изменениям, личностному росту, широкому репертуару рефлексии от простых уровней до сложных.

5) Результаты исследования с использованием рефлексивных форм позволяют увидеть, что полезные помогающие пространства, при всем различии их содержания, характеризуются интенсивным изменением индивидуальных целей и широким диапазоном рефлексии участников.

6) Разработана реляционная модель оценки эффективности помогающих психологических пространств, позволяющая эксплицировать аутентичные критерии оценки полезности действий.

7) Разработанная нами процедура аутентификации, основанная на реляционной модели оценки эффективности помогающих психологических пространств, и включающая комплекс рефлексивных методик, позволяет

исследовать аспекты полезности различных психологических практик, выявляя смысловые соответствия интенций, действий, событий. Таким образом решается проблема недостаточности методического аппарата доказательств полезности психологических взаимодействий.

8) Основные положения для разработки методических рекомендаций по проведению аутентификации психологических пространств (систем образования и экспертизы) включают: положение о связи уровня рефлексии со степенью полезности психологических пространств, положение о приоритете аутентификации над идентификацией и идентификации над оценкой.

9) Эмпирические исследования аутентификации (в том числе полезности помогающих психологических пространств) ставят ряд сложностей перед исследователями, а именно: работа с большим объемом качественных данных, профессиональная экспертиза феноменологических экспликаций и интерпретаций, презентация качественных данных для экспертизы. Предлагаемая нами процедура аутентификации и методы обработки и презентации качественных данных существенно облегчают эти задачи.

На данном этапе исследование является завершенным, но обладает потенциалом развития. В ближайшей перспективе планируется: обобщение и публикация эмпирических данных, не вошедших в данную диссертацию; разработка моделей аутентификации конкретных помогающих психологических пространств; формулировка и проверка ряда статистических гипотез о способах аутентификации помогающих пространств и т.д.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абульханова К. А. Время личности и время жизни / К. А. Абульханова, Т. Н. Березина. – СПб. : Алетейя, 2001. – 300 с.
2. Абульханова-Славская К. А. Деятельность и психология личности / К. А. Абульханова-Славская. – М. : Наука, 1980. – 336 с.
3. Аврелий Августин Исповедь / Аврелий Августин ; пер. с лат. М. Е. Сергеенко. – М. : Ренессанс, 1991. – 488 с.
4. Алексейчик А. Е. Восхождение на вершину [Электронный ресурс] // Консультативная психология и психотерапия. – 1993. – № 4. – Электрон. версия печат. публ. – Доступ из «PsyJournals.ru». – URL: <http://psyjournals.ru/mpj/1993/n4/25821.shtml> (дата обращения: 13.05.2017).
5. Алексейчик А. Разговоры о психотерапии / А. Алексейчик, Г. Идрисов, В. Каган. – Вильнюс : Ин-т гуманист. и экзистенциальной психологии, 2011. – 200 с.
6. Алексейчик А. Е. Интенсивная терапевтическая жизнь [Электронный ресурс] // Интенсивная Терапевтическая жизнь. – Электрон. дан. – [Б. м.], 1998–2017. – URL: http://valery-159.narod.ru/psykhologi/psy/psy_010.htm (дата обращения: 10.04.2017).
7. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – Л. : Изд-во Ленингр. ун-та, 1968. – 339 с.
8. Антоний Человек перед Богом / митрополит Сурожский Антоний. – М. : Духовное наследие митрополита Антония Сурожского, 2013. – 528 с.
9. Асмолов А. Г. О предмете психологии личности // Вопр. психол. – 1983. – № 3. – С. 119–125.
10. Асмолов А. Г. Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека / А. Г. Асмолов. – 3-е изд., испр. и доп. – М. : Смысл : Академия, 2007. – 528 с.
11. Базалей Е. А. Интерпретация идей А. С. Макаренко в современном образовательном пространстве // Мол. ученый. – 2013. – № 4. – С. 515–519.

12. Балашова Е. Ю. Проблема пространства и времени в трудах В. И. Вернадского: взгляд психолога [Электронный ресурс] // Психол. исследования. – Электрон. журн. – 2014. – Т. 7, № 33. – 13 с. – URL: <http://psystudy.ru/index.php/num/2014v7n33/927-balashova33.html> (дата обращения: 10.04.2017).

13. Бауман З. Индивидуализированное общество / З. Бауман. – М. : Логос, 2002. – 390 с.

14. Баякина О. А. Соотношение понятий психического и психологического здоровья личности [Электронный ресурс] // Изв. Самар. Науч. центра РАН. – 2009. – № 4 (5). – С. 1195–1200. – Электрон. версия печат. публ. – Доступ из науч. электрон. б-ки «Cyberleninka.ru».

15. Белинская Е. П. Изменчивость Я: кризис идентичности или кризис знания о ней? [Электронный ресурс] // Психол. исследования. – Электрон. журн. – 2015. – Т. 8, № 40. – 21 с. – URL: <http://psystudy.ru/index.php/num/2015v8n40/1120-belinskaya40.html> (дата обращения: 05.04.2017).

16. Бобкова М. Г. Критерии эффективности психологического консультирования / М. Г. Бобкова, В. В. Гараева // Вестн. Тюмен. гос. ун-та. – 2011. – № 9. – С. 248–255.

17. Братусь Б. С. Аномалии личности / Б. С. Братусь. – М. : Мысль, 1988. – 301 с.

18. Братусь Б. С. Личностные смыслы по А.Н. Леонтьеву и проблема вертикали сознания // Традиции и перспективы деятельностного подхода в психологии : школа А.Н. Леонтьева. – М., 1999. – С. 284–298.

19. Братусь Б. С. Психология. Нравственность. Культура / Б. С. Братусь. – М. : Роспедагенство, 1994. – 61 с.

20. Братусь Б. С. К изучению смысловой сферы личности // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14, Психология. – 1981. – № 2. – С. 46–56.

21. Братченко С. Л. Экзистенциальная психология глубинного общения. Уроки Джеймса Бьюджентала / С. Л. Братченко. – М. : Смысл, 2001. – 197 с.

22. Брушлинский А. В. Новые возможности и перспективы развития психологической науки / А. В. Брушлинский, В. В. Знаков // Психол. журн. – 1998. – Т. 19, № 8. – С. 170–172.
23. Бубер М. Я и Ты / М. Бубер. – М. : Республика, 1995. – 464 с.
24. Бьюдженталь Дж. Наука быть живым / Дж. Бьюдженталь. – М. : Класс, 1998. – 336 с.
25. Буравцова Н. В. Взаимосвязь структурно-содержательных характеристик психологического пространства личности и эмпатии : дис. ... канд. психол. наук / Н. В. Буравцова. – Новосибирск, 2011. – 237 с.
26. Буравцова Н. В. Структурно-содержательные характеристики психологического пространства личности студентов гуманитарной направленности // Изв. Рос. гос. пед. ун-та. – 2009. – № 113. – С. 260–264. – Электрон. версия печат. публ. – Доступ из науч. электрон. б-ки «Cyberleninka.ru».
27. Бухарова Г. Д. Современное образование: сущность и направления развития / Г. Д. Бухарова, Л. Д. Старикова // Изв. Алт. гос. ун-та. – 2009. – № 2. – С. 7–11. – Электрон. версия печат. публ. – Доступ из науч. электрон. б-ки «Cyberleninka.ru».
28. Буюкас Т. М. Феноменология смысла: смысл как зов души // Моск. психотерапевт. журн. – 2009. – № 2. – С. 94–109.
29. Варенина Л. П. Геймификация в образовании // Историческая и социально-образовательная мысль. – 2014. – Т. 28, № 6–2. – С. 314–317.
30. Василюк Ф. Е. К проблеме единства общепсихологической теории // Вопр. философ. – 1986. – № 10. – С. 76–88.
31. Василюк Ф. Е. Методологический анализ в психологии / Ф. Е. Василюк. – Изд-во : МГППУ, 2003. – 240 с.
32. Василюк Ф. Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций) / Ф. Е. Василюк. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 200 с.
33. Вернадский В. И. Проблемы биогеохимии. Труды Биогеохимической лаборатории / В. И. Вернадский ; сост. В. С. Неаполитанская. – М. : Наука, 1980. – Т. 16. – 320 с.

34. Вернадский В. И. Размышления натуралиста. Пространство и время в неживой природе : в 2 кн. / В. И. Вернадский ; сост.: М. С. Бастракова, В. С. Неаполитанская, Н. В. Филиппова. – М. : Наука, 1975. – Кн. 1. – 173 с.

35. Веснина Л. В. Тенденции изменений в современном образовании // Вестн. Том. гос. пед. ун-та. – 2010. – № 2. – С. 17–23. – Электрон. версия печат. публ. – Доступ из науч. электрон. б-ки «Cyberleninka.ru».

36. Виноградов В. В. Из истории слова «личность в русском языке до середины XIX в. // Доклады и сообщения филологического факультета МГУ. – М., 1946. – Вып. 1. – С. 10–12.

37. Власова Н. В. Это загадочное слово – идентичность // Вектор науки Тольяттинского гос. ун-та. Сер.: Педагогика, психология. – 2013. – № 3. – С. 50–53. – Электрон. версия печат. публ. – Доступ из науч. электрон. б-ки «Cyberleninka.ru».

38. Выготский Л. С. Пути развития психологического познания // Собр. соч. : в 6 т. / Л. С. Выготский. – М., 1982. – Т. 1. – С. 175–437.

39. Галажинский Э. В. Категория «отношение» в психологии в свете парадигмальной динамики науки / Э. В. Галажинский, В. Е. Ключко // Мир психологии. – 2011. – № 4. – С. 14–31.

40. Галажинский Э. В. Системная детерминация самореализации личности : дис. ... д-ра психол. наук / Э. В. Галажинский. – Томск, 2002. – 320 с.

41. Гараева В. В. Роль взаимодействия и изменений в исследовании критериев эффективности психотерапии // Фундаментальные исследования. – 2010. – № 2. – С. 31–35.

42. Гафла Е. С. Психолого-педагогические подходы к сущности понятия «Мотивация» в научных исследованиях // Новые технологии. – 2012. – № 1. – С. 244–247. – Электрон. версия печат. публ. – Доступ из науч. электрон. б-ки «Cyberleninka.ru».

43. Голубева Н. М. Современные научные подходы к пониманию феномена рефлексии // Современные проблемы науки и образования. – 2014. – № 5. – С. 37–

41. – Электрон. версия печат. публ. – Доступ из науч. электрон. б-ки «Cyberleninka.ru».

44. Дорцен Э. Ван. Практическое экзистенциальное консультирование и психотерапия / Э. Ван Дорцен ; под ред. В. В. Летуновского ; пер. с англ. М. С. Горовой. – Ростов н/Д., 2007. – 215 с.

45. Дударева В. Ю. Феноменология рефлексии и направления ее изучения в современной зарубежной психологии / В. Ю. Дудаева, И. Н. Семенов // Психология. Журн. Высш. шк. экономики. – 2008. – Т. 5, № 1. – С. 101–120. – Электрон. версия печат. публ. – Доступ из науч. электрон. б-ки «Cyberleninka.ru».

46. Ждан А. Н. Творчество В. И. Вернадского и теоретические проблемы психологической науки // Развитие личности. – 2013. – № 1. – С. 8–26. – Электрон. версия печат. публ. – Доступ из науч. электрон. б-ки «Cyberleninka.ru».

47. Ждан А. Н. Творчество В. И. Вернадского и психологическая наука // Исследователь/Researcher. – 2013. – № 1–2. – С. 190–201. – Электрон. версия печат. публ. – Доступ из науч. электрон. б-ки «Cyberleninka.ru».

48. Зейгарник Б. В. Теория личности К. Левина / Б. В. Зейгарник. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1981. – 118 с.

49. Каган В. Е. Психология и психотерапия : гуманизация и интеграция // Психология с человеческим лицом / под ред.: Д. А. Леонтьева, В. Г. Щур. – М., 1997. – С. 111–123.

50. Карась Д. В. Разработка методики оценки ценностно-смысловой значимости некоторого события / Д. В. Карась, Н. А. Миллер // Вестн. Кем. гос. ун-та. – 2010. – № 3. – С. 66–69.

51. Карпунькина Т. Н. Душа подростка. Фрагменты из реальной жизни / Т. Н. Карпунькина. – Новосибирск : Сибтехнорезерв, 2006. – 288 с.

52. Карпунькина Т. Н. Психологические векторы бессмысленности и отчуждения в жизни подростков // Сиб. психол. журн. – 2015. – № 57. – С. 17–33.

53. Карпунькина Т. Н. Социотерапевтическое пространство в образовании / Т. Н. Карпунькина, Н. В. Алафировская // Вестн. Том. гос. ун-та. – 2005. – № 286. – С. 76–83.

54. Катков А. Л. Оценка эффективности психотерапевтического вмешательства: состояние проблемы [Электронный ресурс] // Теория и практика психотерапии. – Электрон. журн. – 2015. – № 2. – С. 4–26. – URL: <http://psychotherapy.ruspsy.net/article.php?post=463> (дата обращения: 10.11.2015).

55. Клочко А. В. Суверенность личности как основание психологического здоровья / А. В. Клочко, О. М. Краснорядцева // Сибирская психология сегодня : сб. науч. тр. – Кемерово, 2002. – Вып. 1. – С. 2–4.

56. Клочко В. Е. Личностная идентичность и проблема устойчивости человека в меняющемся мире: системно-антропологический ракурс / В. Е. Клочко, О. В. Лукьянов // Вестн. Том. гос. ун-та. – 2009. – № 324. – С. 333–336.

57. Клочко В. Е. Многомерное психологическое мышление: антропологические проекции // Психология обучения. – 2012. – № 10. – С. 4–23.

58. Клочко В. Е. Постнеклассическая транспектива психологической науки // Вестн. Том. гос. ун-та. – 2007. – № 305. – С. 157–163.

59. Клочко В. Е. Самоорганизация в психологических системах: проблема становления ментального пространства личности. (Введение в транспективный анализ) / В. Е. Клочко. – Томск : Изд-во Том. гос. ун-та, 2005. – 174 с.

60. Клочко В. Е. Самореализация личности: системный взгляд / В. Е. Клочко, Э. В. Галажинский ; под ред. Г. В. Залевского. – Томск : Изд-во Том. ун-та, 1999. – 154 с.

61. Клочко В. Е. Человек как самоорганизующаяся психологическая система // Человек как самоорганизующаяся психологическая система : материалы региональной конференции. – Барнаул, 2000. – С. 3–7.

62. Комарова А. В. Современный взгляд на идеи А. С. Макаренко и И. П. Иванова о взаимосвязи личности и коллектива / А. В. Комарова, Т. В. Слотина // Рос. гуманит. журн. – 2014. – № 2. – С. 122–130.

63. Конт-Спонвиль А. Философский словарь / А. Конт-Спонвиль ; пер. с фр. Е. В. Головиной. – М. : Этерна, 2012. – 752 с.

64. Косенчук Л. Ф. Сущность идентичности и основные подходы к ее исследованию // Теория и практика общественного развития. – 2014. – № 16. – С. 223–225.
65. Кочюнас Р. Основы психологического консультирования / Р. Кочюнас. – М. : Акад. Проект, 1999. – 240 с.
66. Краснорядцева О. М. Образовательный опыт развития рефлексии в структуре личностных компетенций студентов, обучающихся менеджменту // Сиб. психол. журн. – 2015. – № 58. – С. 45–60.
67. Кулезнева И. Н. Идентичность как предмет психолого-педагогических исследований // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. – 2008. – № 1. – С. 100–105.
68. Кьеркегор С. Страх и трепет / С. Кьеркегор ; пер. и коммент.: Н. В. Исаевой, С. А. Исаева. – М. : Республика, 1993. – 382 с.
69. Левкова Т. В. Суверенность психологического пространства как основа психологического здоровья личности // Вестн. Приамур. гос. ун-та. – 2010. – № 1–2. – С. 63–67.
70. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – 2-е изд. – М. : Политиздат, 1977. – 304 с.
71. Леонтьев А. Н. Избранные психологические произведения : в 2 т. / А. Н. Леонтьев ; под ред. В. В. Давыдова. – М. : Педагогика, 1983. – Т. 1. – 392 с.
72. Леонтьев Д. А. Феномен рефлексии в контексте проблемы саморегуляции [Электронный ресурс] / Д. А. Леонтьев, А. Ж. Аверина // Психол. исследования. – Электрон. журн. – 2011. – № 2 (16). – 0421100116/0012. – 24 с. – URL: <http://psystudy.ru/index.php/num/2011n2-16/463-leontiev-averina16.html> (дата обращения: 10.04.2017).
73. Леонтьев Д. А. Что такое экзистенциальная психология? // Психология с человеческим лицом: Гуманистическая перспектива в постсоветской психологии / под ред.: Д. А. Леонтьева, В. Г. Щур. – М., 1997. – С. 40–54.

74. Летуновский В. В. В поисках настоящего: экзистенциальная терапия и экзистенциальный анализ / В. В. Летуновский. – Ростов н/Д. : Феникс, 2014. – 379 с. – (Психологические этюды).

75. Ломов Б. Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии / Б. Ф. Ломов. – М. : Наука, 1999. – 350 с.

76. Ломов Б. Ф. Системность в психологии : избр. психол. тр. / Б. Ф. Ломов ; под ред. Д. И. Фельдштейн. – 3-е изд. – М. ; Воронеж, 2011. – 423 с.

77. Лукьянов О. В. Аутентификация свободы в творческих молодежных субкультурах / О. В. Лукьянов, Я. Б. Частоколенко, К. О. Котикова // Сиб. психол. журн. – 2016. – № 61. – С. 91–108.

78. Лукьянов О. В. Гениальность. Одаренность. Посредственность – «принцип жесткости» творческой жизни / О. В. Лукьянов, А. А. Шушаникова (Стайпек) // Творчество: наука, искусство, жизнь : материалы Всерос. науч. конф., посвящ. 95-летию со дня рождения Я. А. Пономарева, 24–25 сент. 2015 г. – М., 2015. – С. 246–249.

79. Лукьянов О. В. Инициативность и вовлеченность в экзистенциальном консультировании. Анализ случая / О. В. Лукьянов, К. В. Волынец // Вестн. Том. гос. ун-та. – 2015. – № 400. – С. 277–281.

80. Лукьянов О. В. Массовый открытый онлайн курс Гениальность. Одаренность. Посредственность / О. В. Лукьянов, А. А. Шушаникова (Стайпек) // Хроники объединенного фонда электронных ресурсов Наука и образование. – 2015. – № 8–9 (75–76). – С. 11.

81. Лукьянов О. В. Помогающие терапевтические практики: действия клиента, действия терапевта и эффекты, способствующие терапевтическому процессу / О. В. Лукьянов, А. А. Шушаникова (Стайпек) // Сиб. психол. журн. – 2015. – № 57. – С. 50–68.

82. Лукьянов О. В. Принцип транстемпоральности в решении вопроса успешности и актуальности психологической практики // Сиб. психол. журн. – 2007. – № 25. – С. 59–66.

83. Лукьянов О. В. Проблема становления идентичности в эпоху социальных изменений / О. В. Лукьянов. – Томск : Изд-во Том. ун-та, 2008. – 212 с.

84. Лукьянов О. В. Психологическая дистанция в онлайн обучении / О. В. Лукьянов, А. А. Шушаникова (Стайпек) // Развитие единой образовательной информационной среды : материалы XIV Междунар. науч.-практ. конф. (Томск, 29–30 сент. 2015 г.). – Томск, 2015. – С. 123–127.

85. Лукьянов О. В. Самоидентичность как условие устойчивости человека в меняющемся мире : дис. ... д-ра психол. наук / О. В. Лукьянов. – Томск, 2009. – 289 с.

86. Лукьянов О. В. Смысловые детерминанты временной перспективы личности / О. В. Лукьянов, Ю. Ю. Неяскина // Вестн. Том. гос. ун-та. – 2012. – № 360. – С. 152–157.

87. Лукьянов О. В. Современность – культура одиночества / О. В. Лукьянов, Т. Н. Карпунькина // Вестн. Том. гос. ун-та. – 2005. – № 286. – С. 97–104.

88. Лукьянов О. В. Тенденции понимания личностной идентичности в системно-антропологическом ракурсе // Сиб. психол. журн. – 2009. – № 34. – С. 18–23.

89. Лукьянов О. В. Феномен психологической капитуляции в психологическом сопровождении проблем с адаптацией и самоидентичностью / О. В. Лукьянов, А. А. Шушаникова // Вестн. Кем. гос. ун-та. – 2015. – Т. 3, № 3. – С. 173–178.

90. Лукьянов О. В. Экзистенциальная социотерапия и проблема спасения от одиночества / О. В. Лукьянов ; сост. Ю. Абакумова-Кочюнене // Экзистенциальное измерение в консультировании и психотерапии : сборник. – Бишторнас ; Вильнюс, 2005. – Т. 2. – С. 161–189.

91. Лэйнг Р. Д. Расколотовое «Я» / Р. Д. Лэйнг. – СПб. : Белый кролик, 1995. – 352 с.

92. Лэйнг Р. Д. Феноменология переживания; Райская птичка; О важном / Р. Д. Лэйнг. – Львов : Инициатива, 2005. – 352 с. – (Сер. «Citadelle»).

93. Мазелис А. Л. Геймификация в электронном обучении // Территория новых возможностей. Вестн. Владивосток. гос. ун-та экономики и сервиса. – 2013. – Т. 21, № 3. – С. 139–142.

94. Мазур Е. Ю. Проблема соотношения понятий «Идентичность», «Идентификация» и их психологическое содержание // Мир науки, культуры, образования. – 2012. – № 2. – С. 86–90.

95. Малиатаки В. В. Реализация элементов геймификации в обучении с использованием системы дистанционного обучения Moodle / В. В. Малиатаки, А. А. Вендина // Электронное обучение в непрерывном образовании. – 2016. – Т. 3, № 1. – С. 287–291.

96. Мерлин В. С. Психология индивидуальности: избранные психологические труды / В. С. Мерлин ; под ред. Е. А. Климова. – М. ; Воронеж, 2005. – 544 с.

97. Мешков Н. И. Мотивация личности как ключевая проблема психологии / Н. И. Мешков, Д. И. Мешков // Интеграция образования. – 2015. – № 1. – С. 37–43.

98. Мироненко И. А. Понятия «Субъект» и «Личность» в современной российской психологии // Вестн. Ленингр. гос. ун-та. – 2010. – № 3. – С. 5–14.

99. Мунгалов В. Н. Психологические пространства человека // Сиб. психол. журн. – 2012. – № 45. – С. 104–111.

100. Мунгалов В. Н. Психологическое пространство человека: содержание и объяснительные возможности понятия // Изв. Байкал. гос. ун-та. – 2013. – № 3. – С. 140–143.

101. Муравьева О. И. Средовая идентичность: содержание понятия / О. И. Муравьева, С. А. Литвина, С. А. Богомаз // Сиб. психол. журн. – 2015. – № 58. – С. 136–148.

102. Мэй Р. Искусство психологического консультирования / Р. Мэй. – М. : Класс, 1994. – 144 с.

103. Мэй Р. Смысл тревоги / Р. Мэй ; пер. с англ.: М. И. Завалова, А. И. Сибуриной. – М. : Класс, 2001. – 384 с.

104. Научные исследования процесса психотерапии и ее эффективности: современное состояние проблемы. Часть 1 / А. Б. Холмогорова, Н. Г. Гаранян, И. В. Никитина, О. Д. Пуговкина // Социальная и клиническая психиатрия. – 2009. – № 3. – С. 92–100.

105. Научные исследования процесса психотерапии и ее эффективности: современное состояние проблемы. Часть 2 / А. Б. Холмогорова, Н. Г. Гаранян, И. В. Никитина, О. Д. Пуговкина // Социальная и клиническая психиатрия. – 2010. – № 1. – С. 70–79.

106. Николаев Е. Л. Перспективы развития психотерапии как науки в эпоху доказательной медицины // Вестн. психиатрии и психологии Чувашии. – 2006. – № 2. – С. 119–122.

107. Носаль А. Психологический анализ воспитательной системы А. С. Макаренко Психологическое будущее: система перспективных линий // Развитие личности. – 1999. – № 1. – С. 53–62.

108. Оллпорт Г. В. Личность в психологии / Г. В. Оллпорт. – М. : КСП+ ; СПб. : Ювента, 1998. – 345 с.

109. О некоторых перспективах исследования смысловых образований личности / А. Г. Асмолов [и др.] // Вопр. психол. – 1979. – № 4. – С. 35–45.

110. Основы психологии и педагогики / И. Т. Кавецкий [и др.]. – Минск : Изд-во МИУ, 2010. – 301 с.

111. Поддубный Н. В. Понятие личности в контексте синергетической парадигмы // Науч. вед. Белгород. гос. ун-та. Сер.: Гуманит. науки. – 2014. – № 6. – С. 262–268.

112. Поиск идентичности – экзистенциальный опыт в образовании / под ред. О. В. Лукьянова. – Томск : Спринт, 2001. – 440 с.

113. Пространство и время в воспитании и педагогике [Электронный ресурс] // Международный конкурс имени А. С. Макаренко – Электрон. дан. – [Б. м.], 2003–2017. – URL: <http://makarenkoforum.ru/node/34> (дата обращения: 10.04.2017).

114. Психометрические характеристики русскоязычной версии краткого опросника восприятия болезни [Электронный ресурс] / В. М. Ялтонский, А. В. Ялтонская, Н. А. Сирота, Д. В. Московченко // Психол. исследования. – Электрон. журн. – 2017. – Т. 10, № 51. – 19 с. – URL: <http://www.psystudy.ru/index.php/num/2017v10n51/1376-yaltonskii51.html> (дата обращения: 10.04.2017).

115. Психотерапия жизнью: интенсивная терапевтическая жизнь Александра Алексейчика / под ред. Р. Кочюнас. – Вильнюс : Ин-т гуманист. и экзистенциальной психологии, 2008. – 416 с.

116. Реляционность [Электронный ресурс] // Институт исследований природы времени. – Электрон. дан. – М., 2017. – URL: http://www.chronos.msu.ru/old/TERMS/razumovsky_relyatsionnost.htm (дата обращения: 10.04.2017).

117. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – М., 1940. – 517 с.

118. Сапожникова Р. Б. Анализ понятия «идентичность»: теоретические и методологические основания // Вестн. Том. гос. пед. ун-та. – 2005. – № 1. – С. 13–17.

119. Семенов И. Н. Взаимодействие отечественной и зарубежной психологии рефлексии: история и современность // Психология. Журн. Высш. шк. экономики. – 2008. – № 1. – С. 64–76.

120. Семенов И. Н. Современные исследования психологии рефлексии: от истории и методологии через экспериментатику к практике // Психология. Журн. Высш. шк. экономики. – 2013. – № 2. – С. 3–6.

121. Системная антропологическая психология: понятийный аппарат / В. Е. Ключко, Э. В. Галажинский, О. М. Краснорядцева, О. В. Лукьянов // Сиб. психол. журн. – 2015. – № 56. – С. 9–20.

122. Слотина Т. В. Психология личности : учеб. пособие / Т. В. Слотина. – СПб. : Питер, 2008. – 304 с. : ил. – (Сер. «Учебное пособие»).

123. Современные тенденции педагогической психологии и психологии образования / С. Н. Костромина, Н. А. Медина Бракамонте, О. В. Защиринская // Вестн. С.-Петерб. гос. ун-та. Сер. 16, Психология. Педагогика. – 2016 – № 1. – С. 109–117.

124. Спинелли Э. Экзистенциальная психотерапия: вводный обзор // Топос. – 2008. – № 1. – С. 121–137.

125. Стайпек А. А. Реляционность целей в групповой экзистенциальной терапии / А. А. Стайпек, О. В. Лукьянов // Сиб. психол. журн. – 2017. – № 63. – С. 49–60.

126. Тиллих П. Избранное: теология культуры / П. Тиллих ; пер. с англ. М. : Юрист, 1955. – С. 7–131.

127. Товмасын Р. М. Проблема многообразия теоретических подходов в психологии: методологический аспект // Вестник Костромск. гос. ун-та. Сер.: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2007. – Т. 13, № 3. – С. 155–159.

128. Толстолес Е. С. Проблема аутентификации личностных и профессиональных компетенций студентов, ориентированных на клиническую деятельность в медицине // Сиб. психол. журн. – 2016. – № 60. – С. 65–76.

129. Улановский А. М. Феноменологическая психология: качественные исследования и работа с переживанием / А. М. Улановский. – М. : Смысл, 2012. – 264 с.

130. Уманский С. В. Синергетика как современная трансдисциплинарная философско-методологическая парадигма психотерапии // Теория и практика общественного развития. – 2015. – № 8. – С. 247–249.

131. Шнейдер Л. Б. Профессиональная идентичность (Структура, генезис и условия становления) : дис. ... д-ра психол. наук / Л. Б. Шнейдер. – М., 2001. – 327 с.

132. Шушаникова А. А. (Стайпек) Самооценка способностей к творчеству (талантов) на опыте дистанционного курса по психологии творческой жизни / А. А. Шушаникова (Стайпек), О. В. Лукьянов // Психология способностей:

современное состояние и перспективы исследований : материалы Всерос. науч. конф., посвящ. 60-летию со дня рождения В. Н. Дружинина, 25–26 сент. 2015 г. – М., 2015. – С. 229–232.

133. «Экзистенциальная терапия на постсоветском пространстве» (глава для книги-справочника *Existential therapy in the modern world*) [Электронный ресурс] // Мир МИЭК. – Электрон. дан. – М., 2017. – URL: <http://existradi.ru/nashinovosti/e-kzistentsial-naya-terapiya-na-postsovetskom-prostranstve-glava-dlya-knigi-spravochnika-existencial-therapy-in-the-modern-world.html> (дата обращения: 10.04.2017).

134. Adams M. Practising Phenomenology – some reflections and considerations // *Existential Analysis*. – 2001. – Vol. 12(1). – P. 65–84.

135. Alliance in individual psychotherapy / A. O. Horvath, A. C. Del Re, C. Fluckinger, D. Symonds // *Psychotherapy Relationships that Work: Evidence-based responsiveness* / ed. by J. C. Norcross. – N. Y. : Oxford University Press, 2012. – P. 25–69.

136. Andersson G. Internet-based and other computerized psychological treatments for adult depression: A meta-analysis / G. Andersson, P. Cuijpers // *Cognitive Behaviour Therapy*. – 2009. – Vol. 38, № 4. – P. 196–205.

137. Barlow D. H. Negative effects from psychological treatments: A perspective // *American Psychologist*. – 2010. – № 65. – P 13–20.

138. Bloch S. Perception by patients and therapist of therapeutic factors in group psychotherapy / S. Bloch, J. Reibstein // *British Journal of Psychiatry*. – 1980. – № 137. – P. 274–278.

139. Bohart A. C. How clients make therapy work: The process of active self healing / A. C. Bohart, K. Tallman. – Washington : American Psychological Association, 1999. – 347 p.

140. Bowens M. Development of a client feedback tool: A qualitative study of therapists' experiences of using the Therapy Personalisation Form / M. Bowens, M. Cooper // *European Journal of Psychotherapy and Counselling*. – 2012. – Vol. 14, № 1. – P. 47–62.

141. Bowens M. The Therapy Personalisation Form (Appendix 2) / M. Bowens, M. Cooper, J. McLeod // *Pluralistic counselling and psychotherapy* / M. Cooper, J. McLeod. – London, 2011. – P. 86–88.

142. Brown K. W. The Benefits of Being Present: Mindfulness and Its Role in Psychological Well-Being / K. W. Brown, R. M. Ryan // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 2003. – Vol. 84, № 4. – P. 822–848.

143. Braun V. Using thematic analysis in psychology / V. Braun, V. Clarke // *Qualitative Research in Psychology*. – 2006. – № 3(2). – P. 77–101.

144. Bucholz M. B. Review [Electronic resource] Jörg Frommer & David Rennie (Eds.) (2001). *Qualitative Psychotherapy Research: Methods and Methodology* [6 paragraphs] // *Forum Qualitative Sozialforschung* / *Forum: Qualitative Social Research*. – Electronic journal. – 2002. – Vol. 3, № 4. – Art. 45. – URL: <http://www.qualitative-research.net/index.php/fqs/article/view/781/1694> (excess date: 02.04.2017).

145. Bugental J. F. T. *Psychotherapy Isn't What You Think* / J. F. T. Bugental. – Phoenix : Zeig, Tucker & Co., 1999. – 278 p.

146. Bury C. Young people's experiences of individual psychoanalytic psychotherapy / C. Bury, H. Raval, L. Lyon // *Psychology and Psychotherapy : Theory, Research and Practice*. – 2007. – № 80. – P. 79–96.

147. Carr A. The effectiveness of family therapy and systemic interventions for adult-focused problems // *Journal of Family Therapy*. – 2009. – № 31. – P. 46–74.

148. Charmaz K. *Constructing Grounded Theory (Introducing Qualitative Methods series)* / K. Charmaz. – London : Sage, 2014. – 416 p.

149. *Consensual qualitative research: A practical resource for investigating social science phenomena* / ed. by C. E. Hill. – Washington : American Psychological Association, 2012. – 329 p.

150. Cooper M. Client helpfulness interview studies [Electronic resource] : A guide to exploring client perceptions of change in counselling and psychotherapy. (Working paper) / M. Cooper, J. McLeod // *ResearchGate*. – Electronic data. – [S. 1.],

2015. – URL: https://www.researchgate.net/profile/Mick_Cooper (excess date: 02.12.2016).

151. Cooper M. Counselling in schools project: Evaluation report [Electronic resource] // University of Strathclyde. – Electronic data. – Glasgow, 2004. – URL: <http://www.strath.ac.uk/departments/counsunit/research/cis.html> (excess date: 02.04.2017).

152. Cooper M. Existential Psychotherapy and Counselling. Contributions to a Pluralistic Practice / M. Cooper. – London : Sage, 2015. – 264 p.

153. Cooper M. Existential Therapies / M. Cooper. – London : Sage, 2011. – 169 p.

154. Cooper M. Pluralistic counselling and psychotherapy / M. Cooper, J. McLeod. – London : Sage, 2011. – 196 p.

155. Correia E. The worldwide distribution and characteristics of existential psychotherapists and counselors / E. Correia, M. Cooper, L. Berdondini // Existential Analysis. – 2014. – Vol. 25(2). – P. 321–337.

156. Cromby J. Review [Electronic resource] Jörg Frommer & David Rennie (Eds.) (2001). Qualitative Psychotherapy Research: Methods and Methodology [7 paragraphs] // Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research. – Electronic journal. – 2002. – Vol. 3, № 4. – Art. 6. – URL: <http://www.qualitative-research.net/index.php/fqs/article/view/782/1696> (excess date: 12.04.2017).

157. Csikszentmihalyi M. The Evolving Self / M. Csikszentmihalyi. – N. Y. : Harper Perennial, 1993. – 384 p.

158. Csikszentmihalyi M. Introduction // A Life Worth Living: Contributions to Positive Psychology / ed. by: M. Csikszentmihalyi, I. S. Csikszentmihalyi. – N. Y., 2006. – P. 3–14.

159. Deurzen E. Existential Counselling & Psychotherapy in Practice / E. Deurzen. – London : Sage, 2012. – 264 p.

160. Deurzen E. Existential Therapy [Electronic resource] // Emmy van Deurzen. – Electronic data. – [S. l.], 2006. – URL: http://www.emmyvandeurzen.com/?page_id=25 (excess date: 02.04.2017).

161. Duffy A. Guiding students through reflective practice – The preceptors experiences. A qualitative descriptive study // Nurse education in practice. – 2009. – № 9. – P. 166–175.

162. Early sudden gains in psychotherapy under routine clinic conditions: practice-based evidence / W. B. Stiles [et al.] // Journal of Consulting and Clinical Psychology. – 2003. – № 71. – P. 14–21.

163. Efficacy, effectiveness, and change mechanisms in couple and family therapy / T. L. Sexton, M. S. Robbins, A. S. Hollimon, A. L. Mease, C. C. Mayorga // Handbook of family therapy / ed. by: T. L. Sexton, G. R. Weeks, M. S. Robbins. – N. Y., 2003. – P. 229–261.

164. Elliott R. A discovery-oriented approach to significant events in psychotherapy: Inter-personal Process Recall and comprehensive process analysis // Patterns of change / ed. by: L. Rice, L. Greenberg. – N. Y., 1984. – P. 249–286.

165. Elliott R. Brief Structured Recall: A more efficient method for studying significant therapy events / R. Elliott, D. A. Shapiro // British Journal of Medical Psychology. – 1988. – № 61. – P. 141–153.

166. Elliott R. Client and therapist as analysts of significant events / R. Elliott, D. A. Shapiro // Psychotherapy Process Research : Paradigmatic and Narrative Approaches / ed. by: S. G. Toukmanian, D. L. Rennie. – London, 1992. – P. 163–186.

167. Elliott R. Descriptive and interpretative approaches to qualitative research / R. Elliott, L. Timulak // A handbook of research methods in clinical and health psychology / ed. by: J. Miles, P. Gilbert. – Oxford, 2005. – P. 147–160.

168. Elliott R. Helpful and non-helpful events in brief counselling interviews: An empirical taxonomy // Journal of Counselling Psychology. – 1985. – № 32. – P. 307–322.

169. Elliott R. Helpful aspects of therapy form [Electronic resource] // Experiential researchers. – Electronic data. – [S. 1.], 1993. – URL: <http://www.experiential-researchers.org/instruments/elliott/hat.pdf> (excess date: 12.04.2016).

170. Elliott R. Psychotherapy change process research : Realizing the promise // Psychotherapy Research. – 2010. – № 20. – P. 123–135.

171. Elliott R. Qualitative change process research on psychotherapy: Alternative strategies / R. Elliott, E. Slatick, M. Urman // Qualitative psychotherapy research: Methods and methodology / ed. by: J. Frommer, D. L. Rennie. – Lengerich, 2001. – P. 69–111.

172. Elliott R. Qualitative Methods for Studying Psychotherapy Change Processes // Qualitative research methods in mental health & psychotherapy: An introduction for students & practitioners / ed. by: A. Thompson, D. Harper. – Chichesters, 2012. – P. 69–81.

173. Elliot R. That in your hands: A comprehensive process analysis of a significant event in psychotherapy // Psychiatry. – 1983. – Vol. 46. – P. 113–129.

174. Frankl V. E. Psychotherapy and Existentialism / V. E. Frankl. – N. Y. : Washington Square Press, 1970. – 254 p.

175. Galazhinsky E. V. System Anthropological Psychology : Methodological Foundations / E. V. Galazhinsky, V. Y. Klochko // Psychology in Russia: State of the Art. – 2012. – № 5. – P. 81–98.

176. Gangestad S. W. Self-monitoring: Appraisal and reappraisal / S. W. Gangestad, M. Snyder // Psychological Bulletin. – 2000. – Vol. 126. – P. 530–555.

177. Gendlin E. T. Focusing / E. T. Gendlin. – 2 ed. – Toronto : Bantam Bks, 1982. – 224 p.

178. Gibson K. Agency in young clients' narratives of counseling : "It's whatever you want to make of it" / K. Gibson, C. Cartwright // Journal of Counseling Psychology. – 2013. – № 60. – P. 340–352.

179. Gibson K. Young clients' narratives of the purpose and outcome of Counseling / K. Gibson, C. Cartwright // *British Journal of Guidance & Counselling*. – 2014. – № 42. – P. 511–524.

180. Giorgi A. The theory, practice and evaluation of the phenomenological activity as a qualitative research procedure // *Journal of Phenomenological Psychology*. – 1997. – № 28. – P. 235–260.

181. Greenberg L. S. A guide to conducting a task analysis of psychotherapeutic change // *Psychotherapy Research*. – 2007. – № 17. – P. 15–30.

182. Grounded theory in practice / ed. by: A. Strauss, J. Corbin. – Thousand Oaks : Sage Publications, 1997. – 288 p.

183. Helpful and hindering events in psychotherapy: A practice research network study / L. G. Castonguay, J. F. Boswell, S. E. Zack, S. Baker, M. A. Boutselis, N. R. Chiswick, M. G. Holt-forth // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*. – 2010. – № 47. – P. 327–344.

184. Helpful therapeutic processes: Client activities, therapist activities and helpful effects [Electronic resource] / V. C. Watson, M. Cooper, K. McArthur, J. McLeod // *European Journal of Psychotherapy and Counselling*. – 2012. – Vol. 14, № 1. – P. 77–89. – The electronic version of the printing publication. – Access from «Taylor & Francis Online».

185. Hill C. E. A guide to constructing consensual qualitative research / C. E. Hill, B. J. Thomson, E. N. Williams // *The Counselling Psychologist*. – 1997. – № 25. – P. 517–572.

186. Horvath A. O. The relation between working alliance and outcome in psychotherapy: A meta-analysis / A. O. Horvath, B. D. Symonds // *Journal of Counseling Psychology*. – 1991. – № 38. – P. 139–149.

187. Husserl E. *Cartesian Meditations : An Introduction to Phenomenology* / E. Husserl. – The Hague : Martinus Nijhoff, 2013. – 157 p.

188. Karver M.S. Meta-analysis of therapeutic relationship variables in youth and family therapy: The evidence for different relationship variables in the child and

adolescent treatment outcome literature / M. S. Karver, J. B. Handelsman, L. Bickman // *Clinical Psychology Review*. – 2006. – № 26. – P. 50–65.

189. Kiasari S. T. H. The efficacy of cognitive-existential group therapy in reducing the levels of depression, anxiety and stress in patients with multiple sclerosis / S. T. H. Kiasari, H. G. Givi, A. Khaleqkhah // *Journal of Mazandaran University of Medical Sciences*. – 2015. – Vol. 24, № 122. – P. 368–372.

190. Kirsty W. Development of supervision personalisation forms: A qualitative study of the dimensions along which supervisors' practices vary / W. Kirsty, M. Cooper // *Counselling and Psychotherapy Research*. – 2015. – Vol. 15, № 1. – P. 31–40.

191. Kuhl J. Action Control: The maintenance of motivational states // *Motivation, Intention, and Volition* / ed. by: F. Halisch, J. Kuhl. – Berlin ; Heidelberg, 1987. – P. 279–291.

192. Längle A. The search for meaning in life and the existential fundamental motivations // *International Journal of Existential Psychology & Psychotherapy*. – 2004. – Vol. 1, № 1. – P. 28–37.

193. Leontiev D. Looking at oneself as inner dialogue / D. Leontiev, A. Salikhova // *International Journal for Dialogical Science*. – 2010. – Vol. 4, № 2. – P. 95–104.

194. Levett-Jones T. L. Facilitating reflective practice and self-assessment of competence through the use of narratives // *Nurse education in practice*. – 2007. – № 7. – P. 112-119.

195. Llewelyn S. P. Psychological therapy as viewed by clients and therapists // *British Journal of Clinical Psychology*. – 1988. – № 27. – P. 223–237.

196. Locke E. A. Building a practically useful theory of goal setting and task motivation: A 350-year odyssey / E. A. Locke, G. P. Latham // *American Psychologist*. – 2002. – Vol. 57, № 9. – P. 705–717.

197. Lukyanov O. V. Sociotherapy Helpfulness Research among Children and Adolescents / O. V. Lukyanov, T. N. Karpunkina, A. A. Shushanikova (Stipek) // *Procedia – Social and Behavioral Sciences*. – 2016. – Vol. 233. – P. 196–200.

198. MacFarlane P. Empathy from the client's perspective: A grounded theory analysis [Electronic resource] / P. MacFarlane, T. Anderson, A. S. McClintock // *Psychotherapy Research*. – 2017. – Vol. 27, № 2. – P. 227–238. – The electronic version of the printing publication. – URL: <http://dx.doi.org/10.1080/10503307.2015.1090038> (excess date: 12.04.2017).

199. Mann K. Reflection and reflective practice in health professions education: a systematic review / K. Mann, J. Gordon, A. MacLeod // *Advances in Health Sciences Education, Theory and Practice*. – 2009. – № 14. – P. 595–621.

200. Martin D. J. Relation of the therapeutic alliance with outcome and other variables. A meta-analytic review / D. J. Martin, J. P. Garske, M. K. Davis // *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. – 2000. – Vol. 68, № 3. – P. 438–450.

201. McLeod J. The contribution of qualitative research to evidence-based counselling and psychotherapy // *Evidence-based counselling and psychological therapies* / ed. by: N. Rowland, S. Goss. – London, 2000. – P. 111–126.

202. Meaning-centered group psychotherapy: An effective intervention for improving psychological well-being in patients with advanced cancer / W. Breitbart, B. Rosenfeld, H. Pessin, A. Applebaum, J. Kulikowski, W. G. Lichtenthal // *Journal of Clinical Oncology*. – 2015. – Vol. 33, № 7. – P. 749–754.

203. Morgan C. Helpful and unhelpful aspects of counselling following breast cancer: A qualitative analysis of post-session Helpful Aspects of Therapy forms / C. Morgan, M. Cooper // *Counselling and Psychotherapy Research*. – 2015. – Vol. 15, № 3. – P. 197–206.

204. Moustakas C. *Phenomenological research methods* / C. Moustakas. – Thousand Oaks : Sage, 1994. – 192 p.

205. Mullan H. 'Existential' Therapists and Their Group Therapy Practices // *International Journal of Group Psychotherapy*. – 1992. – Vol. 42, № 4. – P. 453–468.

206. Nolen-Hoeksema S. Rethinking Rumination / S. Nolen-Hoeksema, B. E. Wisco, S. Lyubomirsky // *Perspectives on Psychological Science*. – 2008. – Vol. 3, № 5. – P. 400–424.

207. Patterns of change : intensive analysis of psychotherapy process / ed. by: L. N. Rice, L. S. Greenberg. – N. Y. : Guilford Press, 1984. – 308 p.

208. Poulsen S. De-privatization : Client experience of short-term dynamic group psychotherapy // Group. – 2004. – № 28. – P. 31–50.

209. Poulsen S. Client experience of psychodynamic psychotherapy for bulimia nervosa / S. Poulsen, S. Lunn, C. Sandros // Psychotherapy Theory, Research, Practice, Training. – 2010. – № 47. – P. 469–483.

210. Pyszczynski T. The Role of Self-Focused Attention in the Development, Maintenance, and Exacerbation of Depression / T. Pyszczynski, J. Greenberg // Self and Identity: Psychosocial Perspectives / ed. by: K. Yardley, T. Honess – Chichester, 1987. – P. 307–322.

211. Rennie D. L. Clients' accounts of resistance: A qualitative analysis // Canadian Journal of Counselling. – 1994. – № 28. – P. 43–57.

212. Rennie D. L. Clients' deference in psychotherapy // Journal of Counselling Psychology. – 1994. – № 41. – P. 427–437.

213. Rescher N. Pluralism: Against the demand for consensus / N. Rescher. – Oxford : Clarendon Press ; N. Y. : Oxford University Press, 1993. – 208 p.

214. Revell S. Helpful aspects of outdoor therapy experiences: An online preliminary investigation [Electronic resource] / S. Revell, E. Duncan, M. Cooper // Counselling and Psychotherapy Research: Linking research with practice. – 2014. – Vol. 14, № 4. – P. 281–287. – The electronic version of the printing publication. – Access from «Taylor & Francis Online».

215. Richards D. Client-identified helpful and hindering events in therapist-delivered vs. self-administered online cognitive-behavioural treatments for depression in college students / D. Richards, L. Timulak // Counselling Psychology Quarterly. – 2012. – Vol. 25, № 3. – P. 251–262.

216. Richards D. Computer-based psychological treatments for depression: A systematic review and meta-analysis / D. Richards, T. Richardson // Clinical Psychology Review. – 2012. – Vol. 32, № 4. – P. 329–342.

217. Rodgers B. Proposed scoring scheme for qualitative thematic analysis [Electronic resource] / B. Rodgers, M. Cooper // University of Strathclyde. – Electronic data. – Glasgow, 2006. – URL: https://pure.strath.ac.uk/portal/files/2767391/Proposed_Scoring_Scheme_for_Qualitative_Thematic_Analysis_Mick_Cooper.pdf (excess date: 12.05.2016).

218. Shushanikova A. A. (Stipek) Adaptation of instruments developed to study the effectiveness of psychotherapeutic processes / A. A. Shushanikova (Stipek), O. V. Luk`yanov // Psychology in Russia: State of the Art. – 2016. – Vol. 9, № 2. – P. 69–79.

219. Silberschatz G. Improving the yield of psychotherapy research [Electronic resource] // Psychotherapy Research. – 2017. – Vol. 27, № 1. – P. 1–13. – The electronic version of the printing publication. – Access from «Taylor & Francis Online».

220. Simonsen G. Helpful aspects of bereavement counseling : An interpretative phenomenological analysis / G. Simonsen, M. Cooper // Counselling and Psychotherapy Research. – 2015. – № 15. – P. 119–127.

221. Smith J. A. Interpretative Phenomenological Analysis : Theory, Method and Research / J. A. Smith, P. Flowers, M. Larkin. – London : Sage, 2009. – 232 p.

222. Snyder M. Self-monitoring of expressive behavior // Journal of Personality and Social Psychology. – 1974. – Vol. 30. – P. 526–537.

223. Spiegel D. Existential psychotherapy for patients with advanced cancer: Facing the future and the past // Journal of Clinical Oncology. – 2015. – Vol. 33, № 24. – P. 2713–2714.

224. Spiegel D. Group support for patients with metastatic cancer. A randomized outcome study / D. Spiegel, J. R. Bloom, I. Yalom // Archives of General Psychiatry. – 1981. – Vol. 38, № 5. – P. 527–533.

225. Sudden gains in the treatment of generalized anxiety disorder / J. Present, P. Crits-Christoph, M. B. Connolly Gibbons, B. Hearon, S. Ring-Kurtz, M. Worley, R. Gallop // Journal of Clinical Psychology. – 2008. – № 64. – P. 119–26.

226. Sundet R. Therapeutic collaboration and formalized feedback: Using perspectives from Vygotsky and Bakhtin to shed light on practices in a family therapy unit // *Clinical Child Psychology and Psychiatry*. – 2009. – Vol. 15. – P. 81–95.

227. Swift J. K. Preferences / J. K. Swift, J. L. Callahan, B. M. Vollmer // *Journal of Clinical Psychology*. – 2011. – № 67. – P. 155–165.

228. Timulak L. Identifying core categories of client-identified impact of helpful events in psychotherapy: A qualitative meta-analysis // *Psychotherapy Research*. – 2007. – Vol. 17, № 3. – P. 305–314.

229. Timulak L. Qualitative meta-analysis of outcomes of person-centered and experiential psychotherapies / L. Timulak, M. Creaner // *Person-centered and experiential therapies work* / ed. by: M. Cooper, J. C. Watson, D. Houldampf. – Ross-on-Wye, 2010. – P. 65–90.

230. Timulak L. Significant events in psychotherapy: An update of research findings // *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*. – 2010. – № 83. – P. 421–447.

231. Tryon G. S. Goal consensus and collaboration / G. S. Tryon, G. Winograd // *Psychotherapy*. – 2011. – № 48. – P. 50–57.

232. Vos J. Existential therapies: A meta-analysis of their effects on psychological outcomes / J. Vos, M. Craig, M. Cooper // *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. – 2015. – Vol. 83, № 1. – P. 115–128.

233. Wampold B. E. *The Great Psychotherapy Debate – Models, Methods and Findings* / B. E. Wampold. – London : Routledge, 2001. – 280 p.

234. White P. Reflection: Importance, theory and practice [Electronic resource] / P. White, J. Laxton, R. Brooke // ALPS CETL. – Electronic data. – [S. l.], 2013. – URL: http://www.alps-cetl.ac.uk/documents/Reflection_BAA_article_submission.pdf (excess date: 12.02.2016).

235. Lutz W. Quantitative and qualitative methods for psychotherapy research: Introduction to special section [Electronic resource] / W. Lutz, C. E. Hill //

Psychotherapy Research. – 2009. – Vol. 19, № 4–5. – P. 369–373. – The electronic version of the printing publication. – Access from «Taylor & Francis Online».

236. Yalom I. D. The Theory and Practice of Group Psychology / I. Yalom, M. Leszcz. – N. Y. : Basic Books, 2005. – 688 p.

ПРИЛОЖЕНИЕ А

Бланк методики «Форма целей» участника терапевтической группы,
образовательного пространства и индивидуальной психотерапии

Код участника:	Дата:	Преподаватель/Терапевт:
----------------	-------	-------------------------

Форма Целей

В данной форме опишите своими словами то, чего Вы хотите достичь в процессе работы/обучения:

- Обозначьте две самые главные задачи/проблемы/цели, в разрешении/достижении которых Вам нужна помощь.
- Насколько сильно каждая из них Вас беспокоит на данный момент (в рамках последней недели).
- Насколько важна для Вас данная задача/проблема/цель в контексте всей вашей жизни.
- Какого успеха Вы ожидаете в разрешении каждого вопроса в процессе работы.

Задача/проблема/цель № 1

Обозначьте задачу/проблему/цель так, как Вы ее видите:

.....

.....

.....

.....

1. Насколько данная проблема **беспокоит Вас на этой неделе?** (обведите соответствующий номер по шкале)

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9

Совсем не беспокоит – я
очень близок к её
разрешению

Хуже быть не может – я
очень далек от её
разрешения

2. Насколько данная проблема **важна** для Вас в контексте всей вашей жизни? (обведите соответствующий номер по шкале)

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9

Совсем не важна

Очень важна

3. Какого **успеха Вы ожидаете достичь** в разрешении данного вопроса в процессе работы на семинаре? (обведите соответствующий номер по шкале)

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9

Никакого

Значительного

Окончание Приложения А

Задача/проблема/цель № 2

Обозначьте задачу/проблему/цель так, как Вы ее видите:

.....

1. Насколько данная проблема **беспокоит Вас на этой неделе?** (обведите соответствующий номер по шкале)

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9

Совсем не беспокоит – я
очень близок к её
разрешению

Хуже быть не может – я
очень далек от её
разрешения

2. Насколько данная проблема **важна** для Вас в контексте всей вашей жизни? (обведите соответствующий номер по шкале)

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9

Совсем не важна

Очень важна

3. Какого **успеха Вы ожидаете достичь** в разрешении данного вопроса в процессе работы на семинаре? (обведите соответствующий номер по шкале)

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9

Никакого

Значительного

Если в процессе работы у вас обозначилась ещё одна задача/проблема/цель, опишите её под номером 3

Задача/проблема/цель № 3

Обозначьте задачу/проблему/цель так, как Вы ее видите:

.....

1. Насколько данная проблема **беспокоит Вас на этой неделе?** (обведите соответствующий номер по шкале)

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9

Совсем не беспокоит – я
очень близок к её
разрешению

Хуже быть не может – я
очень далек от её
разрешения

2. Насколько данная проблема **важна** для Вас в контексте всей вашей жизни? (обведите соответствующий номер по шкале)

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9

Совсем не важна

Очень важна

3. Какого **успеха Вы ожидаете достичь** в разрешении данного вопроса в процессе работы на семинаре? (обведите соответствующий номер по шкале)

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9

Никакого

Значительного

ПРИЛОЖЕНИЕ Б

Бланк методики «Форма оценки целей»

Код клиента:	Дата:	Преподаватель/Терапевт:
--------------	-------	-------------------------

Форма оценки целей

Сформулируйте и оцените свои цели:

Цель 1:						

Совсем не достигнута 1	2	3	4	5	6	Полностью достигнута 7
Цель 2:						

Совсем не достигнута 1	2	3	4	5	6	Полностью достигнута 7
Цель 3:						

Совсем не достигнута 1	2	3	4	5	6	Полностью достигнута 7
Цель 4:						

Совсем не достигнута 1	2	3	4	5	6	Полностью достигнута 7
Цель 5:						

Совсем не достигнута 1	2	3	4	5	6	Полностью достигнута 7

ПРИЛОЖЕНИЕ В

Методика «Рефлексивная форма участника терапевтической группы», вариант 1

Код участника:	Дата:	Терапевт:
----------------	-------	-----------

После-сессионная рефлексивная форма участника терапевтической группы

1. Обозначьте, насколько способствующей или мешающей терапии была данная сессия для вас в целом.	<input type="checkbox"/> 1 Чрезвычайно мешающей терапии <input type="checkbox"/> 2 Значительно мешающей терапии <input type="checkbox"/> 3 Умеренно мешающей терапии <input type="checkbox"/> 4 Незначительно мешающей терапии <input type="checkbox"/> 5 Нейтральная <input type="checkbox"/> 6 Незначительно способствующей <input type="checkbox"/> 7 Умеренно способствующей <input type="checkbox"/> 8 Значительно способствующей <input type="checkbox"/> 9 Чрезвычайно способствующей
2. Как вы чувствуете себя по поводу данной сессии?	<input type="checkbox"/> 1 Блестяще <input type="checkbox"/> 2 Великолепно <input type="checkbox"/> 3 Очень хорошо <input type="checkbox"/> 4 Довольно хорошо <input type="checkbox"/> 5 Удовлетворительно <input type="checkbox"/> 6 Довольно плохо <input type="checkbox"/> 7 Очень плохо
3. Насколько по вашим ощущениям вы разрешили задачу этой сессии/продвинулись в решении проблемы, поставленной в этой сессии?	<input type="checkbox"/> 1 Очень сильно продвинулся <input type="checkbox"/> 2 Значительно продвинулся <input type="checkbox"/> 3 Хорошо продвинулся <input type="checkbox"/> 4 Немного продвинулся <input type="checkbox"/> 5 Слегка продвинулся <input type="checkbox"/> 6 Совсем не сдвинулся с места <input type="checkbox"/> 7 В некоторой степени мои проблемы стали хуже
4. В какой степени вы можете сказать о себе следующее: «Во время данной сессии что-то для меня изменилось. Я что-то увидел иначе или почувствовал что-то по-другому, обновлено»:	<input type="checkbox"/> 1 Совсем нет <input type="checkbox"/> 2 Едва ли <input type="checkbox"/> 3 Слегка <input type="checkbox"/> 4 Отчасти <input type="checkbox"/> 5 Средне <input type="checkbox"/> 6 Значительно <input type="checkbox"/> 7 Очень сильно

2. Пожалуйста, напишите примеры того, что *ВЫ* сделали во время этой сессии, что по вашим ощущениям было особенно полезным для вас?

Пожалуйста, напишите, что сделал терапевт/ведущий семинара, если таковое имело место, что помогло Вам совершить полезные действия

Пожалуйста, напишите, почему вы почувствовали, что действие терапевта/ведущего было эффективным – к чему оно привело?

Окончание Приложения В

3. Пожалуйста, в свободной форме опишите ваши самые яркие (положительные или отрицательные) открытия, мысли, переживания прошедшей терапевтической сессии/семинара.

4. Пожалуйста, оцените свою личную эффективность во время работы в группе по соответствующим критериям, выбрав один из трёх пунктов:

Добросовестность – насколько серьёзно я отношусь к заданиям, работе в целом, как много времени им посвящаю.

1. Отлично – если оценивать мою добросовестность, то оценка составит 10 из 10 баллов. Я очень стараюсь, работаю внимательно, осознанно.
2. Хорошо – я оценил бы свою добросовестность на 5 из 10 баллов. Мне не в полной мере удается вникнуть в процесс, не всегда понятно, что происходит.
3. Удовлетворительно – моя добросовестность может быть оценена на 1 из 10 баллов. Я очень поверхностно отношусь к всему, что происходит.

Честность – насколько честен я с самим собой при выполнении разного рода заданий, при взаимодействии с другими и т.д.

1. Отлично – я максимально честен.
2. Хорошо – я честен на 5 из 10 баллов.
3. Плохо – мне не удастся быть честным, я не говорю о том, в чем на самом деле нуждаюсь, в чем испытываю трудности.

Результативность – насколько хорошо, по моим ощущениям, у меня получается работать в группе.

1. Отлично – мне нравится работа в группе, и я чувствую, что справляюсь со всем на отлично, даже превосхожу свои ожидания.
2. Хорошо – в целом, я справляюсь, но иногда возникают трудности, которые мне не удается преодолеть.
3. Удовлетворительно – мне не удается хорошо справиться с заданиями и с терапевтической работой в целом, и мало что получается.

Вовлеченность – насколько я вовлечен и включен в процесс работы

1. Отлично – я активен, включен и очень интенсивно работаю.
2. Хорошо – я оценил бы свою вовлеченность на 5 из 10 баллов. Мне не в полной мере удается быть включенным в процесс по разным причинам.
3. Удовлетворительно – мне кажется, я выпадаю из процесса, не могу (не хочу, не готов) включиться.

5. Пожалуйста, отметьте, насколько полезным для Вас было заполнение данной формы:

- 1 Очень полезно
- 2 Умеренно полезно
- 3 Нейтрально
- 4 Затрудняюсь ответить
- 5 Совершенно бесполезно

ПРИЛОЖЕНИЕ Г

Методика «Рефлексивная форма участника терапевтической группы», вариант 2

Код участника:	Дата:	Терапевт:
----------------	-------	-----------

После-сессионная рефлексивная форма участника терапевтической группы

1. Опишите, пожалуйста, ваши основные результаты и замечания по поводу терапевтической группы (семинара), удалось ли Вам достичь желаемого по результатам работы на семинаре; удалось ли достичь поставленных целей:

2. Пожалуйста, напишите, что, по Вашему мнению, было особенно значимым в работе группы:

3. Пожалуйста, напишите, какие Ваши действия этому способствовали?

4. Пожалуйста, напишите, какие действия участников группы Вы бы особенно отметили как благоприятные?

5. Были ли предприняты действия во время данной сессии, которые по Вашим ощущениям являлись бесполезными?

6. Есть ли у Вас варианты действий/способы, благодаря которым работа в группе была бы более эффективной для участников?

ПРИЛОЖЕНИЕ Д

Методика «Рефлексивная форма участника терапевтической группы», вариант 3

Код участника:	Дата:	Терапевт:
----------------	-------	-----------

Рефлексивная форма участника терапевтической группы

1. Пожалуйста, напишите, чего Вы ожидаете от участия в группе (семинаре)?

В чем видите пользу семинара для себя?

Каких целей хотели бы достичь?

2. Напишите, пожалуйста, что Вы лично готовы сделать для того, чтобы достичь ожидаемого результата (цели):

3. Напишите, пожалуйста, что на Ваш взгляд может сделать терапевт, чтобы помочь Вам в этом?

ПРИЛОЖЕНИЕ Е

Бланк методики «Рефлексивная форма слушателя онлайн курса»

Код участника:	Дата:	Преподаватель/Терапевт:
----------------	-------	-------------------------

Рефлексивная форма слушателя курса

1.

1. Обозначьте, насколько способствующей или мешающей изучению предмета была данная тема для вас.	<input type="checkbox"/> 1 Чрезвычайно мешающей <input type="checkbox"/> 2 Значительно мешающей <input type="checkbox"/> 3 Умеренно мешающей <input type="checkbox"/> 4 Незначительно мешающей <input type="checkbox"/> 5 Нейтральная <input type="checkbox"/> 6 Незначительно способствующей <input type="checkbox"/> 7 Умеренно способствующей <input type="checkbox"/> 8 Значительно способствующей <input type="checkbox"/> 9 Чрезвычайно способствующей
2. Как вы чувствуете себя по поводу изучения данной темы?	<input type="checkbox"/> 1 Блестяще <input type="checkbox"/> 2 Великолепно <input type="checkbox"/> 3 Очень хорошо <input type="checkbox"/> 4 Довольно хорошо <input type="checkbox"/> 5 Удовлетворительно <input type="checkbox"/> 6 Довольно плохо <input type="checkbox"/> 7 Очень плохо
3. Насколько по вашим ощущениям вы продвинулись в изучении предмета во время работы над данной темой?	<input type="checkbox"/> 1 Очень сильно продвинулся <input type="checkbox"/> 2 Значительно продвинулся <input type="checkbox"/> 3 Хорошо продвинулся <input type="checkbox"/> 4 Немного продвинулся <input type="checkbox"/> 5 Слегка продвинулся <input type="checkbox"/> 6 Совсем не сдвинулся с места <input type="checkbox"/> 7 В некоторой степени я ещё больше запутался
4. В какой степени вы можете сказать о себе следующее: «Во время изучения данной темы что-то для меня изменилось. Я что-то увидел иначе или почувствовал что-то по-другому, обновлено»:	<input type="checkbox"/> 1 Совсем нет <input type="checkbox"/> 2 Едва ли <input type="checkbox"/> 3 Слегка <input type="checkbox"/> 4 Отчасти <input type="checkbox"/> 5 Средне <input type="checkbox"/> 6 Значительно <input type="checkbox"/> 7 Очень сильно

2. Пожалуйста, напишите примеры того, что *ВЫ* сделали во время обучения, что из сделанного ВАМИ было особенно полезным для вас?

Пожалуйста, напишите, что сделал Ваш преподаватель/куратор курса, если таковое имело место, что помогло Вам совершить полезное действие о котором вы писали в предыдущем пункте

Продолжение Приложения Е

3. Пожалуйста, напишите, почему вы почувствовали, что действие преподавателя было полезным и эффективным – к чему оно привело?

4. Пожалуйста, в свободной форме опишите ваши самые яркие (положительные или отрицательные) открытия, мысли, переживания, связанные с изучением данной темы.

5. Пожалуйста, оцените свою личную эффективность и другие аспекты обучения, выбрав один из трёх пунктов:

Эффективность – насколько я эффективен в процессе обучения на данном этапе

4. Отлично – если оценивать мою эффективность, то оценка составит 10 из 10 баллов. Я делаю успехи, и в целом доволен.

5. Хорошо – я оценил бы свою эффективность на 5 из 10 баллов. Мне не всегда удается быть эффективным.

6. Удовлетворительно – моя эффективность может быть оценена на 1 из 10 баллов. Я не сдвинулся с места в изучении данного предмета, поскольку не стараюсь/нет времени/не могу.

Добросовестность – насколько серьёзно я отношусь к заданиям, обучению в целом, как много времени ему посвящаю.

7. Отлично – если оценивать мою добросовестность, то оценка составит 10 из 10 баллов. Я очень стараюсь, занимаюсь внимательно, осознанно.

8. Хорошо – я оценил бы свою добросовестность на 5 из 10 баллов. Мне не в полной мере удается вникнуть в процесс, не всё и не всегда понятно, и я не проясняю/не задаю вопросы/не прошу о помощи.

9. Удовлетворительно – моя добросовестность может быть оценена на 1 из 10 баллов. Я очень поверхностно отношусь ко всему, что происходит.

Честность – насколько честен я с самим собой при выполнении разного рода заданий, при взаимодействии с другими слушателями и с преподавателем курса и т.д.

4. Отлично – я максимально честен.

5. Хорошо – я честен на 5 из 10 баллов.

6. Плохо – мне не удается быть честным, я не говорю о том, в чем на самом деле нуждаюсь, в чем испытываю трудности.

Результативность – насколько хорошо, по моим ощущениям, у меня получается обучаться в таком режиме.

4. Отлично – мне нравится такой подход, нравится заниматься и выполнять задания. Я чувствую, что справляюсь со всем на отлично, даже превосхожу свои ожидания.

5. Хорошо – в целом, я справляюсь, но иногда возникают трудности, которые мне не удается преодолеть.

6. Удовлетворительно – мне не удается хорошо обучаться в таком формате, справиться с заданиями, взаимодействовать с другими, и мало что получается.

Окончание Приложения Е

Вовлеченность – насколько я вовлечен и включен в процесс обучения

4. Отлично – я активен, включен и очень интенсивно обучаюсь/изучаю предмет.
5. Хорошо – я оценил бы свою вовлеченность на 5 из 10 баллов. Мне не в полной мере удается быть включенным в процесс по разным причинам.
6. Удовлетворительно – мне кажется, я выпадаю из процесса, не могу (не хочу, не готов) включиться.

6. Пожалуйста, отметьте, насколько полезным для Вас было заполнение данной формы:

- 1 Очень полезно
- 2 Умеренно полезно
- 3 Нейтрально
- 4 Затрудняюсь ответить
- 5 Совершенно бесполезно

ПРИЛОЖЕНИЕ Ж

Бланк методики «После-сессионная форма терапевта», вариант 1

Код клиента в терапии:	Дата:	Сессия:
------------------------	-------	---------

После-сессионная Форма терапевта

1.

1. Обозначьте, насколько способствующей или мешающей терапии была данная сессия для клиента в целом.	<input type="checkbox"/> 1 Чрезвычайно мешающей терапии <input type="checkbox"/> 2 Значительно мешающей терапии <input type="checkbox"/> 3 Умеренно мешающей терапии <input type="checkbox"/> 4 Незначительно мешающей терапии <input type="checkbox"/> 5 Нейтральная <input type="checkbox"/> 6 Незначительно способствующей <input type="checkbox"/> 7 Умеренно способствующей <input type="checkbox"/> 8 Значительно способствующей <input type="checkbox"/> 9 Чрезвычайно способствующей
2. Как вы чувствуете себя по поводу данной сессии?	<input type="checkbox"/> 1 Блестяще <input type="checkbox"/> 2 Великолепно <input type="checkbox"/> 3 Очень хорошо <input type="checkbox"/> 4 Довольно хорошо <input type="checkbox"/> 5 Удовлетворительно <input type="checkbox"/> 6 Довольно плохо <input type="checkbox"/> 7 Очень плохо
3. Насколько по вашим ощущениям клиент продвинулся в решении проблемы во время данной сессии?	<input type="checkbox"/> 1 Очень сильно продвинулся <input type="checkbox"/> 2 Значительно продвинулся <input type="checkbox"/> 3 Хорошо продвинулся <input type="checkbox"/> 4 Немного продвинулся <input type="checkbox"/> 5 Слегка продвинулся <input type="checkbox"/> 6 Совсем не сдвинулся с места <input type="checkbox"/> 7 В некоторой степени проблемы стали хуже
4. Во время данной сессии что-то для клиента изменилось. Они что-то увидели иначе или почувствовали что-то по-другому, обновлено:	<input type="checkbox"/> 1 Совсем нет <input type="checkbox"/> 2 Едва ли <input type="checkbox"/> 3 Слегка <input type="checkbox"/> 4 Отчасти <input type="checkbox"/> 5 Средне <input type="checkbox"/> 6 Значительно <input type="checkbox"/> 7 Очень сильно

2. Пожалуйста, в свободной форме опишите ваши самые яркие (положительные или отрицательные) открытия, мысли, переживания прошедшей терапевтической сессии.

Окончание Приложения Ж

3. Основные замечания по поводу сессии/группы

То, к чему вернуться на следующих сессиях

Пожалуйста, напишите примеры того, что сделал *клиент(ы)* во время сессии, что по вашим ощущениям стало особенно полезным?

Пожалуйста, напишите, что вы сделали, если таковое имело место, что помогло клиенту(ам) этого достичь.

Пожалуйста, напишите, почему вы почувствовали, что это действие было эффективным – к чему оно привело?

Были ли предприняты действия во время данной сессии, которые по вашим ощущениям являлись бесполезными?

Есть ли у вас варианты действий/способы, благодаря которым данная сессия была бы более эффективной?

ПРИЛОЖЕНИЕ И

Бланк методики «После-сессионная рефлексивная форма терапевта», вариант 2

Дата:	Терапевт:
-------	-----------

После-сессионная рефлексивная форма терапевта

1. Ваши основные результаты и замечания по поводу терапевтической группы (семинара):

2. Пожалуйста, напишите, что, по Вашему мнению, было особенно значимым в работе группы:

3. Пожалуйста, напишите, какие Ваши действия этому способствовали?

4. Пожалуйста, напишите, какие действия участников группы Вы бы особенно отметили как благоприятные?

5. Были ли предприняты действия во время данной сессии, которые по Вашим ощущениям являлись бесполезными?

6. Есть ли у Вас варианты действий/способы, благодаря которым работа в группе была бы более эффективной для участников?

ПРИЛОЖЕНИЕ К

Бланк методики «После-сессионная рефлексивная форма терапевта», вариант 3

Дата:	Терапевт:
-------	-----------

Рефлексивная форма терапевта

1. Напишите, пожалуйста, чего Вы ожидаете от терапевтической группы (семинара):

от участников:

от своей работы?

2. Опишите, пожалуйста, основные принципы Вашего терапевтического подхода.

Что Вы должны делать для достижения поставленных вами целей:

Что, по вашему мнению, должны делать участники для достижения общих и личных целей:

ПРИЛОЖЕНИЕ Л

Бланк методики «После-сессионная рефлексивная форма клиента»

Код клиента:	Терапевт:	Дата:	Сессия:
--------------	-----------	-------	---------

После-сессионная форма клиента

1.

<p>1. Обозначьте, насколько способствующей или мешающей терапии была данная сессия для вас в целом.</p>	<input type="checkbox"/> 1 Чрезвычайно мешающей терапии <input type="checkbox"/> 2 Значительно мешающей терапии <input type="checkbox"/> 3 Умеренно мешающей терапии <input type="checkbox"/> 4 Незначительно мешающей терапии <input type="checkbox"/> 5 Нейтральная <input type="checkbox"/> 6 Незначительно способствующей <input type="checkbox"/> 7 Умеренно способствующей <input type="checkbox"/> 8 Значительно способствующей <input type="checkbox"/> 9 Чрезвычайно способствующей
<p>2. Как вы чувствуете себя по поводу данной сессии?</p>	<input type="checkbox"/> 1 Блестяще <input type="checkbox"/> 2 Великолепно <input type="checkbox"/> 3 Очень хорошо <input type="checkbox"/> 4 Довольно хорошо <input type="checkbox"/> 5 Удовлетворительно <input type="checkbox"/> 6 Довольно плохо <input type="checkbox"/> 7 Очень плохо
<p>3. Насколько по вашим ощущениям вы разрешили задачу/продвинулись в решении проблемы во время данной сессии?</p>	<input type="checkbox"/> 1 Очень сильно продвинулся <input type="checkbox"/> 2 Значительно продвинулся <input type="checkbox"/> 3 Хорошо продвинулся <input type="checkbox"/> 4 Немного продвинулся <input type="checkbox"/> 5 Слегка продвинулся <input type="checkbox"/> 6 Совсем не сдвинулся с места <input type="checkbox"/> 7 В некоторой степени мои проблемы стали хуже
<p>4. В какой степени вы можете сказать о себе следующее: «Во время данной сессии что-то для меня изменилось. Я что-то увидел иначе или почувствовал что-то по-другому, обновлено»:</p>	<input type="checkbox"/> 1 Совсем нет <input type="checkbox"/> 2 Едва ли <input type="checkbox"/> 3 Слегка <input type="checkbox"/> 4 Отчасти <input type="checkbox"/> 5 Средне <input type="checkbox"/> 6 Значительно <input type="checkbox"/> 7 Очень сильно

2. Пожалуйста, напишите, что **ВЫ** сделали во время сессии, что по вашим ощущениям было особенно полезным для вас?

Пожалуйста, напишите, что сделал терапевт/ведущий группы, если таковое имело место, что помогло вам этого достичь.

Окончание Приложения Л

Пожалуйста, напишите, почему вы почувствовали, что это действие было эффективным – к чему оно привело?

3. Пожалуйста, опишите второй пример (если он имел место) того, что *ВЫ* сделали во время сессии, что по вашим ощущениям было особенно полезным для вас?

Пожалуйста, напишите, что сделали терапевт/ведущий группы, если таковое имело место, что помогло вам этого достичь.

Пожалуйста, напишите, почему вы почувствовали, что это действие было эффективным – к чему оно привело?

4. Пожалуйста, опишите третий пример (если он имел место) того, что *ВЫ* сделали во время сессии, что было особенно полезным для вас?

Пожалуйста, напишите, что сделал терапевт/ведущий группы, если таковое имело место, что помогло вам этого достичь.

Пожалуйста, напишите, почему вы почувствовали, что это действие было эффективным – к чему оно привело?

Были ли предприняты действия во время данной сессии, которые по вашим ощущениям являлись бесполезными?

Есть ли у вас варианты действий/способы, благодаря которым данная сессия была бы более эффективной для вас?

Приложение М

Бланк методики «Форма персонализации в терапии»

Код клиента:	Терапевт:	Дата:	Сессия:
--------------	-----------	-------	---------

Форма персонализации в терапии

В каждой шкале ниже, пожалуйста, обозначьте, какие изменения вы хотели бы наблюдать в вашей терапии в данный момент. Обведите один номер в каждой шкале, если вы можете точно оценить свои предпочтения или область номеров, соответствующих вашим предпочтениям.

Я бы хотел, чтобы терапевт:

1. Использовал больше техник и упражнений	Использовал меньше техник и упражнений
5 4 3 2 1 0 1 2 3	4 5
Меня всё устраивает	
2. Чаще проявлял инициативу	Чаще позволял мне проявлять инициативу
5 4 3 2 1 0 1 2 3	4 5
Меня всё устраивает	
3. Был более открыт и проявлял чувство юмора	Был более формален
5 4 3 2 1 0 1 2 3	4 5
Меня всё устраивает	
4. Фокусировался больше на моём прошлом	Фокусировался больше на моём будущем
5 4 3 2 1 0 1 2 3	4 5
Меня всё устраивает	
5. Давал мне больше советов	Давал мне меньше советов
5 4 3 2 1 0 1 2 3	4 5
Меня всё устраивает	
6. Больше обозначал структуру в терапии	Меньше обозначал структуру в терапии
5 4 3 2 1 0 1 2 3	4 5
Меня всё устраивает	
7. Был более вызывающим	Был более мягким
5 4 3 2 1 0 1 2 3	4 5
Меня всё устраивает	
8. Фокусировался на определенных целях	Просто «был со мной» в терапевтических отношениях
5 4 3 2 1 0 1 2 3	4 5
Меня всё устраивает	

Продолжение Приложения М

9. Больше рассказывал о своих мыслях по поводу терапевтического процесса	Меня всё устраивает									Меньше рассказывал о своих мыслях по поводу терапевтического процесса
5 4 3 2 1 0 1 2 3										4 5
10. Давал мне больше «домашних заданий»	Меня всё устраивает									Давал мне меньше «домашних заданий»
5 4 3 2 1 0 1 2 3										4 5
11. Фокусировался больше на моих чувствах	Меня всё устраивает									Фокусировался больше на моих мыслях и состояниях
5 4 3 2 1 0 1 2 3										4 5
12. Фокусировался больше на моих сильных сторонах и способностях	Меня всё устраивает									Фокусировался больше на моих проблемах и трудностях
5 4 3 2 1 0 1 2 3										4 5
13. Фокусировался больше на моей жизни в прошлом	Меня всё устраивает									Фокусировался больше на моей настоящей жизни
5 4 3 2 1 0 1 2 3										4 5
14. Меньше перебивал меня	Меня всё устраивает									Перебивал меня больше и помогал удерживать внимание
5 4 3 2 1 0 1 2 3										4 5
15. Фокусировался больше на отношениях между нами	Меня всё устраивает									Фокусировался меньше на отношениях между нами
5 4 3 2 1 0 1 2 3										4 5
16. Больше подвергал критике мои взгляды и убеждения	Меня всё устраивает									Меньше подвергал критике мои взгляды и убеждения
5 4 3 2 1 0 1 2 3										4 5
17. Больше фокусировался на текущих вопросах и проблемах	Меня всё устраивает									Больше фокусировался на глубинных проблемах и основаниях
5 4 3 2 1 0 1 2 3										4 5
18. Фокусировался больше на том, что, по его мнению, лучше всего мне подходит	Меня всё устраивает									Фокусировался больше на том, что, я думаю, лучше всего мне подходит
5 4 3 2 1 0 1 2 3										4 5

Окончание Приложения М

19. Больше рассказывал о себе	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5
					Меня всё устраивает					Меньше рассказывал о себе	
20. Больше позволял пребывать в тишине и молчании	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5
					Меня всё устраивает					Не позволял пребывать в тишине и молчании так много	