

УДК 159.98:351.74

Лефтеров В. О., д. психол. н., доцент, начальник науково-дослідного центру психотренінгових технологій Донецького юридичного інституту ЛДУВС

ТЕОРІЯ ПРОГРЕСИВНОЇ ТРАНСПСИХІЧНОЇ МАНІПУЛЯЦІЇ У ТРЕНІНГУ

Стаття присвячена розгляду феноменології психологічного тренінгу і теоретичному аналізу концепції прогресивної транспсихічеської маніпуляції, яка обуславлює об'єктивні закономірності змін психологічних компонентів особі в тренінгу

Ключові слова: психологічний тренінг, психологічний вплив, механізм особових змін, прогресивна транспсихічеська маніпуляція.

Статья посвящена рассмотрению феноменологии психологического тренинга и теоретическому анализу концепции прогрессивной транспсихической манипуляции, которая обуславливает объективные закономерности изменений психологических компонентов личности в тренинге

Ключевые слова: психологический тренинг, психологическое влияние, механизм личностных изменений, прогрессивная транспсихическая манипуляция.

Постановка проблеми. Тренінг як унікальна система психологічного конструювання, оновлення і навіть переродження людей і груп сприяє високопродуктивному виконанню цілей і завдань у різних організаціях. І тому сьогодні використання тренінгів усе більше поширюється в багатьох професійних галузях діяльності людини. У суспільстві зростає потреба в тренінгах, особливо у сферах, де діяльність людини пов'язана з ризиком, напруженістю, великими психічними і фізичними навантаженнями, високим рівнем відповідальності.

Під час тренінгу людина майже завжди знаходить ланцюг особистісних відкриттів, і, перш за все, вона відкриває собі саму себе. Самоаналіз, який відбувається у людини на тренінгу майже завжди стає поштовхом до особистісних змін, перетворення психічних компонентів життя і діяльності людини, причому іноді не відразу усвідомлюваним самою людиною. Проте особливості впливу тренінгу на особистість, психологічні механізми й феномени, що відбуваються під час тренінгу, вивчені ще недостатньо. Саме це зумовлює актуальність питань, які розглядаються у статті.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Існують численні визначення тренінгу, його методологічного змісту, цілей, функцій, закономірностей, механізмів, стадій і принципів проведення, які в основному сфокусовані на зміни і розвиток людини як особистості й професіонала, а також групи й організації.

Позначаючи межі поняття «психологічний тренінг», І. В. Вачков констатує, що сучасне розуміння тренінгу включає багато традиційних методів групової психотерапії і психокорекції, що спонукує шукати його витоки у

різноманітних напрямках клінічної психотерапії в групах [1]. Деякими зарубіжними авторами тренінг визначається як спосіб перепрограмування моделі управління поведінкою і діяльністю людини [2]. Існує також визначення тренінгу як "... частини планованої активності організації, спрямованої на збільшення професійних знань і вмінь, або на модифікацію аттитюдів і соціальної поведінки персоналу» [3, С. 68].

Розвиток різних форм психологічного тренінгу пов'язаний із провідними орієнтаціями психології. У західній традиції це були біхевіоризм і небіхевіоризм, сучасний психоаналіз, когнітивізм, екзистенціальна психологія і гуманістична психологія. З останньою якраз пов'язано широке розповсюдження форм групової психологічної роботи, зокрема, соціально-психологічного тренінгу.

Аналізуючи механізм тренінгового впливу на особистість, І. Мартинюк і Н. Соболева визначають, що процедура психологічного тренінгу спрямована на утвердження й структурування образу Я, розширення самосвідомості, вивільнення творчого потенціалу індивідуальності, активізацію креативних здібностей людини відносно її власного життя, що призводить до трансформації особистості, посилення її духовного початку [4]. Багато інших авторів також підкреслюють, що ефекти тренінгового впливу виявляються в прогресі ментальних можливостей, загостренні інтуїції, проникливості й спостережливості, зростанні почуття впевненості в собі та своїй волі, у ефекті розширення свідомості і життєвого простору особистості у психологічному смислі тощо [1; 5; 6; 7].

Отже, процеси, що відбуваються під час тренінгу, розкриття значущості тренінгу для особистості, а також ролі і місця особистості у самому тренінгу можна визначити одним словом – зміна. Невипадково С.І. Макшанов визначає тренінг як багатофункціональний метод навмисних змін психологічних феноменів людини, групи й організації [5]. Центральною категорією в тренінгу виступає категорія зміни. Учасники тренінгової взаємодії можуть стати суб'єктами змін тільки за тієї умови, якщо вони змінюються самі. Поняття «навмисна зміна» адекватно відображає мету, процес і результат змін, підкреслює їх усвідомлений характер. Порівнюючи «навмисну зміну» з поняттям «розвиток», С.І. Макшанов відзначає, що воно є вужчим по відношенню до поняття зміна, пов'язане з поняттям «формування», що за змістом відображає суперечливу ідею, – ідею формального характеру розвитку, без проникнення у сутність [5].

Проте, погоджуючись у цілому із твердженням С.І. Макшанова щодо феномену змін під час тренінгу, слід зазначити, що категорія зміни як найбільш загальна форма буття всіх об'єктів та явищ, що являє собою будь-який рух, взаємодію, перехід з одного стану в інший, включає у себе всі просторові переміщення, динамічні явища, а також внутрішні перетворення форм та змісту будь-якого руху. Протилежним поняттям зміни є покій та

усталеність. Але враховуючи, що людина протягом всього життя практично не перебуває у стані покою та усталеності і навіть, якщо зовні у людини не відбувається жодних психічних змін, цей стан психологічного покою завжди відносний, оскільки є приватним випадком у загальному русі матерії і її похідних – психологічних феноменів. Таким чином, людина взагалі мінлива істота, що постійно перебуває у стані фізичних і психологічних змін, хоча амплітуда і діапазон цих змін, а також їх характер, зміст та наслідки безумовно можуть відрізнятися. Тому визначення С.І. Макшановим тренінгу як багатофункціонального методу навмисних змін психологічних феноменів виходить за межі власне тренінгу, оскільки людина постійно змінюється, крім того, існує безліч різнопланових методів, які спонукають людину до навмисних змін її психологічних складових. Це майже всі форми, прийоми і методи навчання і виховання, робота з отримання досвіду, спорт, культура, духовне переродження тощо. Зміни особистості можуть виникати також і внаслідок випадкового відкриття або в результаті цілеспрямованого пошуку. Зміна може бути раптовою, як у разі релігійного навернення до іншої віри, або поступовою, як це зазвичай відбувається у терапії. Крім того, зміни можуть набувати різноманітних форм.

Метою даної статті є розгляд основних методологічних положень та механізмів впливу психологічного тренінгу на особистість, а також теоретичний аналіз феномену прогресивної транспсихічної маніпуляції у тренінгу.

Виклад основного матеріалу. Сутність, методологічний зміст і призначення психологічного тренінгу постає вельми багатообразним, що знаходить підтвердження у працях багатьох дослідників. На рис. 1 схематично зображено узагальнений «портрет» тренінгу — різнопланові визначення, що найбільш віддзеркалюють його природу і зміст.

Психологічний тренінг передбачає певний вплив як процес і результат зміни індивідом поведінки іншої людини, її установок, намірів, уявлень, оцінок та іншого під час взаємодії з ним. У тренінгу практикується як спрямований психологічний вплив, механізмами якого є переконання і навіювання, так і неспрямований, під час якого прямо не ставиться завдання добитися певного результату від об'єкта впливу, хоча ефект впливу виникає, часто проявляючись у дії механізмів зараження і наслідування. Тренінговий вплив спрямований на досягнення позитивних змін учасників, підвищення ступеня їх «конгруентності» із собою і навколишнім середовищем.

Під час тренінгу з боку ведучого-тренера, а також інших членів групи, як правило, відбувається індивідуально-специфічний і функціонально-рольовий вплив на учасників тренінгу. Індивідуально-специфічний вплив реалізується завдяки трансляції іншим людям своїх характеристик і ще не засвоєних ними зразків особистісної активності. Це призводить до поступового перетворення особистісних сенсів, поведінки і мотиваційної сфери інших людей, що виявляється у значній зміні їх діяльності у момент актуалізації в їх

свідомості образу індивіда – суб'єкта впливу. Взагалі даний вплив пояснює ряд феноменів соціальної фасілітації і реалізується як у цілеспрямованій діяльності (навчання, виховні заходи тощо), так і в будь-яких інших випадках взаємодії особистості з навколишніми людьми. Пропонуючи – навмисно або ненавмисно – зразки своєї активності іншим людям, особистість вільно або мимоволі стає об'єктом наслідування, специфічно продовжуючи себе в інших людях.

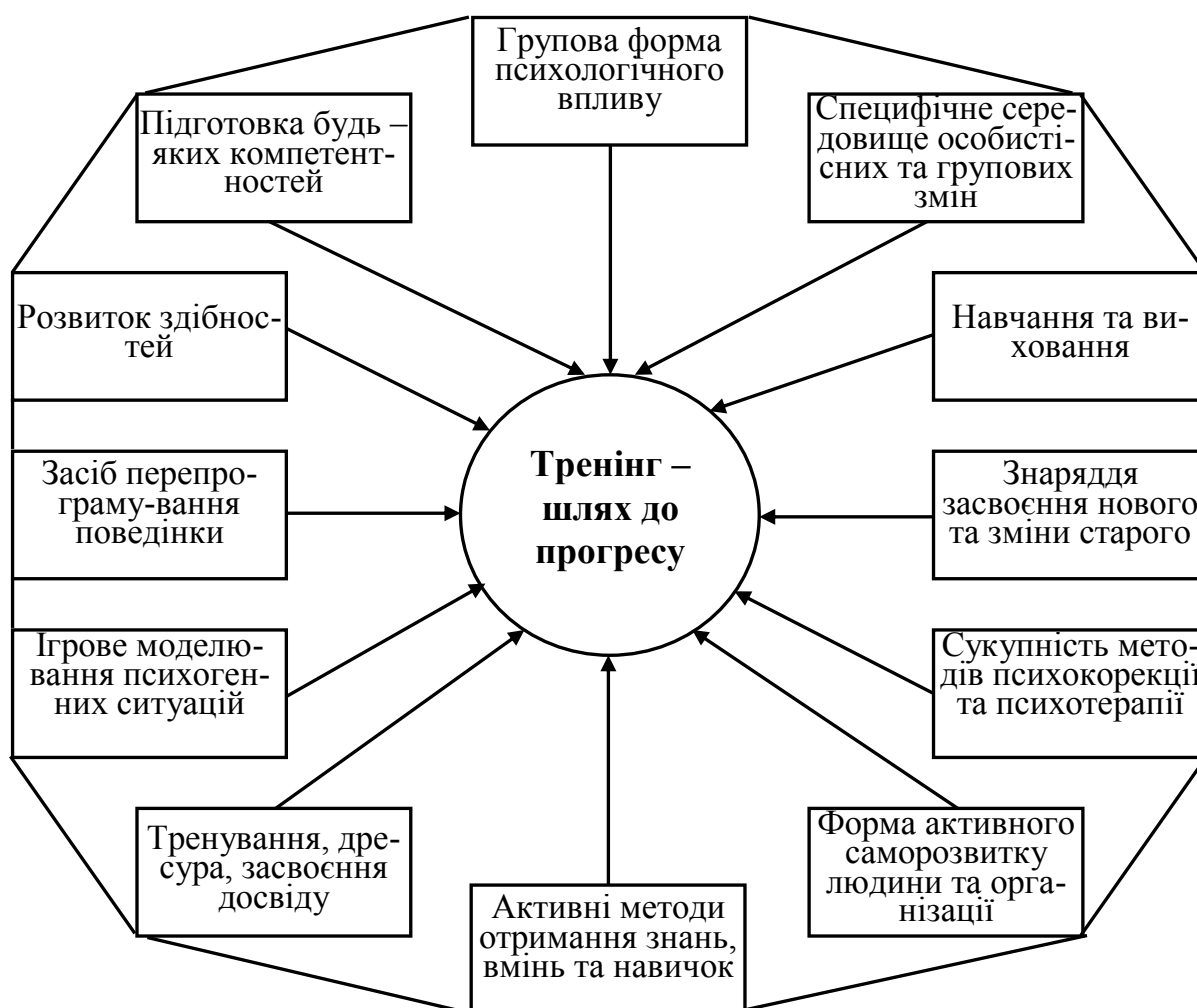


Рис. 1. Різноманітність визначень тренінгу

Функціонально-рольовий вплив під час тренінгу визначається не особистими особливостями партнерів по взаємодії, а їх рольовими позиціями, і відбувається завдяки трансляції зразків активності, регламентованих рольовою розстановкою сил, і за рахунок демонстрації певного набору способів дії, що не виходять за межі рольових розпоряджень. Подібно до того, як авторитарні керівники під час взаємодії і спілкування переважно орієнтуються на відповідність своїх і чужих дій і вчинків нормативним правилам, ведучі у

деяких тренінгових групах можуть відноситися до учасників тренінгу. До речі, у таких випадках досить часто наразі виникнення будь-яких ускладнень під час проведення тренінгу або його негативних результатів наприкінці, ведучі схильні шукати причини цих негараздів у групі або окремих учасниках, інших об'єктивних зовнішніх факторах. Проте справжніми причинами «невдалих» тренінгів у переважній більшості є відверті тренерські помилки:

- нездатність або небажання підстроїтись під групу;
- вибір неадекватного ситуації стилю тренера та тренінгової взаємодії;
- недостатнє володіння методами активізації групової продуктивності

тощо.

Практично у всіх випадках, коли людина відчуває зовнішній психологічний вплив, у тому числі розглянутий вище індивідуально-специфічний і функціонально-рольовий вплив, який відбувається під час тренінгу, вона змінюється. Особистісні зміни у тренінгу відбуваються за психофізіологічним механізмом феномену динамічного стереотипу, коли стійкі умовно-рефлекторні зв'язки, що на рівні програми забезпечують психічні і поведінкові прояви людини під час життєдіяльності, зазнають впливу (наприклад, штучного – у тренінгу), який зумовлює руйнацію та трансформацію цих зв'язків. Це, у свою чергу, спричиняє увімкнення компенсаторних та адаптаційних механізмів, які саме і здійснюють психічні зміни, утворюючи якісно нові динамічні стереотипи. Але, разом із тим, механізм тренінгового впливу на особистість, що спричиняє якісні зміни в останньої, має специфічні відмінності від інших форм впливу.

Ці відмінності пов'язані із «психотехнічною» складовою тренінгу. Термін «психотехніка» увів У. Штерн, маючи на увазі будь-яку практику впливу на психіку і управління нею [8]. У цьому контексті психологічний вплив під час тренінгу виступає як система психотехнічних дій за допомогою психотехнічних засобів. Виділення психотехнічної складової тренінгу наводить нас на методологічний шар проблем, пов'язаних зі специфічною побудовою психологічного механізму впливу на особистість під час тренінгу, визначенням умов та структури цього процесу.

На нашу думку, феноменологія тренінгу полягає у зв'язку з такими поняттями, як: **трансляція, трансформація, прогрес, маніпуляція та транс**. Тренінг – це вкладення чогось нового, спочатку чужого і незрозумілого, конкретній людині. Під час тренінгу це нове, у вигляді інформаційних, прикладних та інших тренінгових придбань і конструктів (нових знань, вмінь, навичок, інсайтів, евристичних осяянь тощо), шляхом різноманітних прийомів і засобів **транслюється** (переноситься) у свідомість-підсвідомість людини. Ця трансляція має один приймач – людину з її індивідуальними та особистісними особливостями і декілька передавачів, серед яких – власне ведучий тренінгу – тренер, інші учасники тренінгу. Своєрідними передавачами виступають також події, які відбуваються на тренінгу, що містять

значний обсяг практичної інформації і спонукають людину до наступного акту – **психологічної трансформації**. Психологічна трансформація – це перетворення існуючих та побудова нових динамічних стереотипів, що провокує особистісні зміни. Численні прийоми (в тому числі психотехнічні) і засоби трансляції різноманітних інформаційних та прикладних конструктів у тренінгу, на наш погляд, певною мірою слід вважати **психологічними маніпуляціями**.

Маніпуляцію (з фр. – manipulation), маніпулювання (з лат. – manipulus) зазвичай трактують по-різному, зокрема, як більш-менш складні рухи і прийоми в ручній праці; вдалу аферу, фальсифікацію фактів для досягнення неблаговидної мети; систему прийомів і засобів різноманітного впливу на людей з метою зміни їх мислення та поведінки. У психології також маніпуляцію здебільшого пов'язують із негативом і вважають актом свідомого впливу на психіку інших людей (груп людей), навіть усупереч їх інтересам чи з використанням засобів, які можуть не співпадати з існуючими нормами моралі. Деякі дослідники соціальних маніпуляцій доводять, що будь-яка ідеологія так само, як і будь-яка влада, створюється маніпуляторами з метою приходу до влади або її утримання, і тому вже є маніпулятивною за визначенням.

Онтогенетичний і філогенетичний аналіз розвитку людини і соціуму дає підстави вважати маніпуляції не такими вже і поганими. Люди часто використовують маніпуляцію для блага. Наприклад, для лікування людей, виховання та соціалізації членів суспільства, об'єднання малих і великих соціальних груп у різні громадські та політичні формування й інститути (наприклад, громадські організації, партії, держави, міждержавні союзи тощо). До того ж постійні пошуки і винаходи людей для протистояння негативним маніпуляціям також сприяють поступовому еволюційному розвитку і вдосконаленню як окремих особистостей, так і суспільства в цілому.

Тому, на наш погляд, залежно від цілей, засобів, які використовуються, та кінцевих результатів слід розрізняти маніпуляції **прогресивні** (конструктивні) та **регресивні** (деструктивні). У психології поняття будь-яких прогресивних змін та впливів слід розуміти як спричинення поступального розвитку психіки особистості і психологічних перемінних різних груп людей у напрямку самовдосконалення та самоактуалізації.

Одними з головних ознак, що відрізняють прогресивні маніпуляції від регресивних у психологічній і педагогічній практиці, на нашу думку, є:

- 1) уникнення заподіяння будь-якої шкоди людині – принцип «не нашкодь»;
- 2) добровільність, тобто відносно свідома участь людини у різних заходах, що можуть містити маніпулятивні дії;
- 3) спричинення особистісного розвитку та прогресу у будь-якій сфері.

Рольові та ділові ігри, групові дискусії, психогімнастичні та інші вправи, які застосовуються під час тренінгу, є прогресивними маніпуляціями, які спрямовані на навчання та розвиток людини, набуття різноманітних

компетенцій і досвіду. На відміну від традиційного розуміння психологічного впливу, поняття маніпуляцій у тренінгу підкреслює операційний, структурований, цілеспрямований, і, в основному, опосередкований характер тренінгових процедур.

Слід також зазначити, що майже всі маніпуляції у тренінгу для більш результативної трансляції тренінгових конструктів і психологічної трансформації особистості передбачають перебування людини в особливих психічних станах, іноді навіть схожих на *транс*. Тренінг дозволяє людині випробувати цілу гаму переживань, порівнянних з переживаннями у реальному житті і діяльності. Причому, в залежності від різновиду тренінгу та засобів, які використовуються у різні його етапи, людина може перебувати у неоднакових емоційних станах. Спектр і характер цих переживань і станів найрізноманітніший: від відчуттів тривоги, сум'яття, боязні, особливо на початку тренінгу, іноді роздратування, гніву, досади — до відчуттів радості, задоволеності, симпатії, прихильності, ентузіазму, колективізму, натхнення, самодостатності, ейфорії та ін. Своєрідні емоційні переживання людиною подій тренінгу є одним із головних завдань і умов ефективного тренінгу.

Таким чином, для того, щоб вкласти щось нове у свідомість людини, необхідно «підготувати ґрунт», розм'якшити свідомість, вкласти, а потім знову заморозити. Цьому сприяють три основні стадії тренінгу: 1) підведення (розм'якшення); 2) новий матеріал (вкладення нового); 3) закріплення (заморожування). Цей складний процес інтенсивного розвитку і навчання будь-яким умінням, навичкам і досвіду за допомогою тренінгу видається нам *прогресивною транспсихічною маніпуляцією (ПТМ)*. Тобто цілеспрямоване використання психотехнічних, ігрових та інших прийомів і методів, які є маніпулятивними, як і більшість методів психологічного втручання, сприяє позитивній трансформації, перш за все, психічних складових особистості.

ПТМ буквально розуміється нами як створення своєрідних умов для стрімкого психічного розвитку та удосконалення людини, що «виходить за межі» звичайного життя. У результаті тренінгового впливу за рахунок ПТМ активізуються резервні здібності і потенційні можливості людини, відбувається розширення свідомості особистості, а іноді і глибока трансформація ідентичності, стилю відношення до професійної діяльності і до світу.

ПТМ під час тренінгу співвідноситься із базовими методологічними принципами психології, зокрема, із принципом активності та принципом розвитку. Принципи активності та розвитку є узагальненими у визначенні основних уявлень щодо механізмів організації руху та змін. Прогресивна транспсихічна маніпуляція під час тренінгу передбачає свідому активність як ведучого тренінгової групи, так і учасників тренінгу. Активність під час тренінгу, як цілеспрямований процес, – невід'ємна складова актів трансляції (прийому – передачі) інформаційних та прикладних конструктів, а також психологічної трансформації особистості. Ці особистісні зміни шляхом

перетворення динамічних стереотипів вимагають істотних енерговитрат і підвищення ефективності роботи нервової системи, що в цілому компенсується за рахунок власної психічної активності індивіда.

Принцип розвитку психіки у тренінгу, як закономірної зміни психічних процесів у часі, характеризується насамперед прогресивним характером транспсихічної маніпуляції, що виражається у кількісних, якісних і структурних перетвореннях особистості внаслідок участі у тренінгу. Прогресивна транспсихічна маніпуляція, що відбувається у тренінгу, виявляє такі тенденції розвитку психіки людини, як:

- 1) поступове ускладнення форм поведінки та мислення (форм рухової активності та розумової діяльності);
- 2) вдосконалення здатності до індивідуального навчання;
- 3) ускладнення форм віддзеркалення психічного – як наслідок і чинник попередніх тенденцій.

Концепція прогресивної транспсихічної маніпуляції відповідає принципу єдності теорії та практики, тобто теоретичного та експериментального вивчення психіки людини та впливу на неї, а також фундаментальному положенню психології щодо єдності свідомості та діяльності. Протягом подій тренінгу особистісні та психічні властивості індивіда не тільки проявляються, а й змінюються і формуються. Психічні новоутворення особистості виступають як передумови і результат її поведінки і здобутків під час тренінгу і, головне, після нього. Саме на транспортування психічних новоутворень особистості у майбутню діяльність спрямовуються тренінгові маніпуляції, що також лежить в основі розуміння поняття «транспсихічна». Крім цього, поняття «транспсихічна» у контексті теорії ПТМ розуміється нами і як те, що може виходити за межі звичайної психіки людини, як створення умов для розширення свідомості людей за пороги звичного «Я» та навіть за межі часу або простору. Зміст та характер транспсихічних процесів під час тренінгу пов'язані з тими аспектами психології (трансперсональної, трансцендентальної), що мають відношення до вивчення граничних людських здібностей та потенційних можливостей.

Феномен ПТМ у груповому тренінгу може бути схожим за змістом з іншими методами психологічного впливу на людину, такими, як індивідуальна або групова психотерапія, консультація, психокорекційні та інші заходи. Тому, з метою визначення специфіки тренінгу, цей психологічний механізм впливу на людей та їх розвиток під час тренінгу визначається нами як *прогресивна транспсихічна маніпуляція у тренінгу (ПТМТ)*. Схематично психологічне буття особистості у тренінгу і механізм ПТМТ зображено на рис. 2.

Як бачимо, тренінг виступає своєрідним інформаційно-предметним середовищем для цілеспрямованого психологічного тренування людини, що заповнене тренінговими подіями, різноманітними психотехнічними процедурами, іграми тощо. Людина, яка занурюється у це тренінгове середовище

в якості учасника тренінгу, одночасно стає його частиною і об'єктом (або суб'єктом відповідно до суб'єктного підходу І. В. Вачкова [1]) тренінгового впливу шляхом прогресивних маніпуляцій.

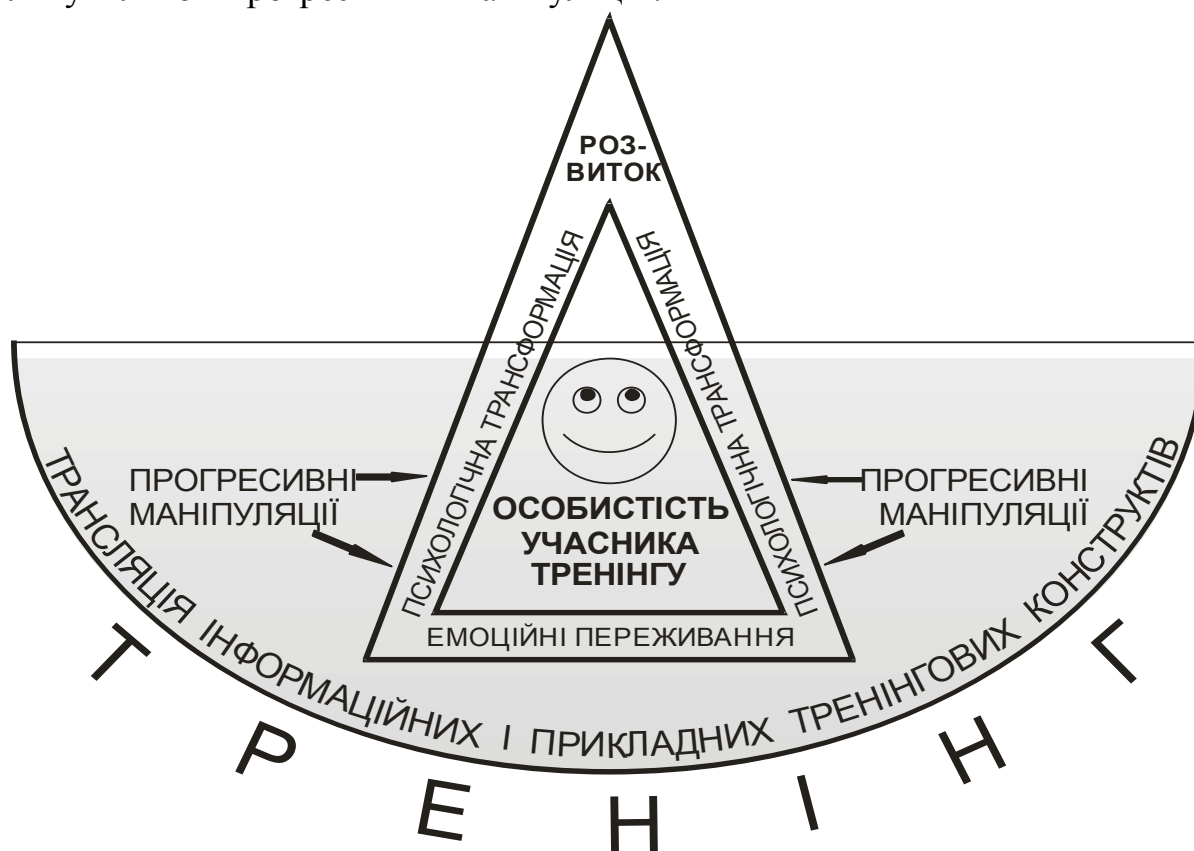


Рис. 2. Психологічне буття особистості під час тренінгу і механізм прогресивної транспсихічної маніпуляції у тренінгу

Внаслідок цього людина отримує різноманітний спектр емоційних переживань, здобуває певний чуттєво-практичний досвід у якійсь сфері (особисте життя, професія, соціальна взаємодія, саморегуляція). У тренінгу людина переживає особливо цінні і такі, що запам'ятовуються, евристичні почуття, викликані осяяннями, інсайтами, побаченням новим. З нею відбувається психологічна трансформація, що спричиняє певний розвиток, який може продовжуватися вже за межами тренінгового середовища і переноситись на життя і практичну діяльність людини.

Отже, об'єктивні закономірності змін психічних компонентів особистості у тренінгу обумовлені прогресивною транспсихічною маніпуляцією. А сам характер системної детермінації змін психічного, який характеризується взаємодією середовищних і суб'єктивних чинників, є принциповим теоретичним положенням психологічного тренінгу.

Висновки. 1. Тренінг – це інтегрована, універсальна система цілеспрямованого групового психологічного тренування людей відповідно до

потреб і цілей їх особистості та діяльності. У результаті тренінгу активізуються інтелектуальні, комунікативні і вольові потенціали людини, здійснюється рефлексія її минулого і моделювання майбутнього. Це стає можливим за рахунок цілеспрямованого використання під час тренінгу спеціальних процедур (психотехнічних, ігрових та інших прийомів і методів, тренерських технік, групових феноменів тощо), які по суті є маніпулятивними, як і більшість методів психологічного втручання, забезпечують трансляцію тренінгових конструктів і створюють своєрідне психологічне середовище для особистісної трансформації людини.

2. Механізм особистісних змін учасників тренінгу забезпечується феноменом *прогресивної транспсихічної маніпуляції у тренінгу (ПТМТ)*, що лежить в основі тренінгового буття і взаємодії особистості та спричиняє її психічний прогрес внаслідок участі у тренінгу. Прогресивна транспсихічна маніпуляція у тренінгу являє собою складний процес інтенсивного навчання і розвитку людини і співвідноситься з базовими методологічними принципами психології.

3. Урахування феномену ПТМТ та його подальше вивчення дозволить удосконалювати та розширювати трансляційні канали і техніки позитивних маніпулятивних впливів, що використовуються під час тренінгу. Крім цього, надасть можливість цілеспрямовано працювати над створенням групової аури і необхідних емоційних станів учасників, що відповідають меті і завданням тренінгу, а також регулювати особистісні та групові психологічні трансформації, які спричинятимуть розвиток людей, розширюючи їх свідомість, уявлення про себе та оточуючий світ, власні можливості і резерви психіки, сприятимуть набуттю будь-яких соціальних, професійних та інших компетенцій.

ЛІТЕРАТУРА

1. Вачков И. В. Психология тренинговой работы: Содержательные, организационные и методические аспекты ведения тренинговой группы / И. В. Вачков. – М.: Эксмо, 2007. – 416 с. – (Образовательный стандарт XXI).
2. Cenin M. Podstawy teoretyczne stosownych metod treningu psychologicznego / M. Cenin // Acta Bratisl. Pr. Psychol. – 1990. – № 22. – С. 35-64.
3. Lakin M. Interpersonal encounter: Theory and practice in sensitivity training / M. Lakin – New-York, 1972. – 482 p.
4. Макшанов С. И. Психология тренинга: Теория. Методология. Практика: [монографія] / С. И. Макшанов. – СПб.: Образование, 1997. – 238 с.
5. Марасанов Г. И. Социально-психологический тренинг / Г. И. Марасанов. – М.: Когито-центр, 2001. – 251 с.
6. Спасенников В. В. Анализ и проектирование групповой деятельно-

сти в прикладных психологических исследованиях / В. В. Спасенников. – М.: Институт психологии РАН, 1992. – 162 с.

7. Психотерапевтическая энциклопедия / [под. ред. Карвасарского Б. Д.]. – СПб.: Питер Ком, 1998. – 752 с. – (Серия «Мастера психологии»).

8. Хрящева Н. Ю. Тренинг креативности: основания, задачи, содержание / Н. Ю. Хрящева, С. И. Макшанов // Б. Г. Ананьев и ленинградская школа в развитии современной психологии: тез. науч. — прак. конф., 5–6 декабря 1995 г. – СПб. – С. 110–111.

УДК 159.91

Лебедева С. Ю., к. психол. н., старший научный співробітник, провідний науковий співробітник науково-дослідної лабораторії екстремальної та кризової психології НУЦЗУ

ПСИХОКОРЕКЦІЙНИЙ ТРЕНІНГ «АНТИСТРЕС» ЯК ЗАСІБ ПІДТРИМКИ ПРОФЕСІЙНОГО ДОВГОЛІТТЯ ПСИХОЛОГА МНС УКРАЇНИ

У статті обґрунтований і представлений психокоректувальний тренінг «Антистрес», як засіб підтримки професійного довголіття психолога МНС України після надання екстреної психологічної допомоги населенню у вогнищі надзвичайної ситуації.

Ключові слова: психолог МНС України, надзвичайна ситуація, психокоректувальний тренінг.

В статье обоснован и представлен психокоррекционный тренинг «Антистресс», как средство поддержания профессионального долголетия психолога МЧС Украины после оказания экстренной психологической помощи населению в очаге чрезвычайной ситуации.

Ключевые слова: психолог МЧС Украины, чрезвычайная ситуация, психокоррекционный тренинг.

Постановка проблеми. З кожним роком збільшується кількість людей, які пережили стихійне лихо, техногенну аварію або катастрофу, зростає число людей, які беруть участь безпосередньо у ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій – рятувальників, медиків, психологів МНС України, що надають екстрену допомогу населенню. Досвід надання психологічної допомоги постраждалим внаслідок надзвичайних ситуацій, пов'язаних із ліквідацією великомасштабних катастроф, які сталися на території України за останнє десятиліття, свідчить, що вітчизняна психологія не повною мірою готова задовольнити потребу постраждалих від катастроф, різноманітних суспільних потрясінь та негараздів у психологічній допомозі – у концептуальному, організаційному та методичному плані. Це положення стосується не тільки психологічної допомоги постраждалим, а й фахівців після надзвичайної ситуації, які надавали екстрену психологічну допомогу населенню.