

ПСИХОЛОГ В ИЗМЕНИВШЕМСЯ МИРЕ: ПОДГОТОВКА ПСИХОЛОГОВ ПЕРИОДА ПОСТПАНДЕМИИ В МАГИСТРАТУРЕ

Аксеновская Л.Н., д. психол. н., профессор, зав. кафедрой общей и социальной психологии, декан факультета психологии Саратовского государственного национального исследовательского университета имени Н.Г. Чернышевского, г. Саратов

Аннотация. В статье обсуждаются ключевые изменения в жизни людей, произошедшие в период пандемии. К их числу относятся: переживание угрозы здоровью и возможности смерти, ограничения в общении и передвижениях, интенсивная цифровизация рабочих процессов, жизнеобеспечения и досуга. В качестве последствий названы перераспределение социальных групп и слоев на основе проявленной способности адаптироваться к изменившимся условиям, появление новых групп населения, нуждающихся в психологической поддержке и помощи. Для психологической отрасли (наука, образование, практика) отмечены специфические аспекты произошедших изменений: усиление роли аппаратных и интернет-исследований, обучение и консультирование в дистанционном режиме. В качестве последствий названы трудности дистанционной работы в связи с уменьшением количества значимой для психолога невербальной информации. Предлагается усилить внимание к подготовке психологов периода постпандемии в магистратуре за счет внедрения принципа аутотехнологизации (самотрансформации в направлении «превращения себя» в психологическую технологию).

Ключевые слова: изменения, психолог, магистратура, постпандемия, аутотехнологизация

Введение

Мы знаем, как определить возраст психолога. А как определить возраст самой профессии «психолог»? Если можно было бы провести аналогию с возрастной периодизацией человека, то, вероятнее всего, большинство из нас согласилось с тем, что это возраст молодости. Уже не ребенок и не подросток, уже закончилась юность, но вряд ли пришла зрелость... Профессия психолога молода и, как свойственно молодости, она активно развивается, ищет себя на разных направлениях, формулирует гипотезы относительно своей идентичности, проверяет эти гипотезы методом проб и ошибок, вырабатывает ценностные и иные основания своего существования в этом мире.

Между тем, мир пришел в движение. 2020 год жестко продемонстрировал, как может измениться устоявшийся порядок вещей и уклад жизни целой планеты. Как могут измениться приоритеты отдельных людей и целых стран, как могут измениться устоявшиеся способы выполнения привычной работы. Период интенсивной трансформации сложившихся норм, правил и подходов к решению любых вопросов,- то есть, все то, что мы называем культурой,-

показал, что работа профессиональных психологов в обществе стала востребованной как никогда раньше: изменение мира и жизни людей, а также последовавшее за этим изменение человека, проходило при активной поддержке и помощи психологов.

Но что происходило и происходит с самими психологами? Как изменились условия и технологии их работы? Какие новые задачи им пришлось решать? Как изменились сами психологи? Какой в изменившемся мире с изменившимися людьми должна стать психология? Какими должны стать психологи, чтобы справляться с новыми вызовами? Как может помочь ответить на эти вопросы университетское психологическое образование?

Цель статьи – обсудить цели, принципы и перспективы подготовки психологов в рамках магистратуры в период пандемии и постпандемии.

Что же изменилось?

Изменилось все. Первый год жизни в новых условиях показал, что изменения носят системный характер и затрагивают все уровни социального мира и все его области: политику, экономику, здравоохранение, образование, производство, торговлю, сферу услуг и т.д. Поскольку в фокусе внимания психологов находятся люди, то и с этой точки зрения мы обнаруживаем тотальность происходящих изменений в отношениях людей на межгосударственном уровне, на внутригосударственном уровне, на уровне внутриорганизационном, на уровне семьи и на уровне отдельного человека. Изменились отношения людей друг с другом (иногда в лучшую сторону, иногда в худшую), изменились отношения человека с работой и с тем, что мы называем «свободным временем», изменились отношения человека с самим собой. Как и всегда, встреча с трудностями, с новым и неизвестным, оказывается лучшим тестом на уровень развития личности, вне зависимости от того, как определил уровень трудности сам человек на классической шкале «умеренные трудности – большие - максимальные - непреодолимые» [1, С.185], а также были ли возникшие трудности трудностями «деятельности» (недостаток знаний, умений, физических и умственных качеств) или «трудностями личности» (ухудшение психологического самочувствия, появление тревожности, растерянности, усталости, сомнений и т.п.) [1, С.185]. Для многих осложняющим фоном этих трудностей стала вирусная болезнь и борьба с нею.

Н.В. Пил заметил, что трудности есть прежде всего признак растерянности, возникающей вследствие отсутствия концентрации, сфокусированности внимания на решаемой задаче [2, С.102]. И, конечно же, существенным фактором возникновения «растерянности» является внезапность наступления «трудного» события, неподготовленность к нему.

Можно отметить, как очевидные для всех, три общих для всех ключевых изменения периода пандемии: 1) переживание болезни, смерти и их угрозы; 2) ограничения по личному общению и физическим перемещениям как ограничения привычных способов работы, общения и отдыха; 3) интенсивная

цифровизация всех областей жизни (работа, учеба, исследования, развлечения, покупки и т.п.).

Следствием возникновения и утверждения в жизни людей перечисленных изменений стало переструктурирование социума и перегруппировка ресурсов на уровне отдельного человека. На уровне социума мы видим социальные группы, показавшие высокую адаптивность. В частности, в лидеры адаптации к новым условиям вышли те слои населения, и те организации, которые ранее перенесли свою активность в цифровую реальность (соцсети для общения, цифровые технологии для работы). С почти непреодолимыми трудностями столкнулись представители «контактных» сфер деятельности (сфера гостеприимства, сфера развлечений). На уровне отдельного человека наибольшие проблемы возникли у тех людей, которые не использовали интернет-ресурсы для общения и решения своих насущных вопросов (прежде всего люди старшей возрастной группы и «цифровые диссиденты»). Таким образом, для одних групп населения возникшие изменения оказались малозаметными и малочувствительными, более того, эти изменения стали шансом для выхода на лидирующие позиции в своих областях деятельности, дали толчок к более интенсивному развитию. Для других групп населения возникшие изменения стали довольно или даже весьма трудными, в ряде случаев, «непреодолимой трудностью». И, как обычно, год представил в широком диапазоне набор всех возможных индивидуальных стратегий реагирования на трудности: от активного самообучения, саморазвития и творчества до ухода в «бунт» и различные виды агрессии (как по отношению к окружающим, так и по отношению к самому себе).

Для психологической отрасли (наука, образование, практика) три вышеназванных ключевых изменения также оказались весьма заметными. В научных исследованиях замедление темпов работы, связанное с необходимостью перестраивать технологии работы, почти не коснулись исследователей, работающих аппаратными методами, а также тех, кто традиционно пользуется интернет-опросами и схожими методами работы. Однако все контактные методы исследований (индивидуальное и групповое тестирование, эксперименты, социально-психологические методы исследований), в основном, были приостановлены. В наиболее выигрышных условиях оказались психологи, работающие непосредственно с персоналом организаций и являющиеся членами организаций. Для них оказались доступны почти все традиционные методы психологической работы, и их прикладные исследования, представляют на сегодняшний день большой интерес. Часть индивидуально практикующих психологов довольно легко перешла на дистанционное консультирование, спрос на которое рос в течение всего года. Спокойно прошел переход на дистанционные формы обучения в вузах и в частных психологических компаниях.

Возникшие изменения в сфере психологической индустрии (закрытие доступа к «живым» респондентам и испытуемым в исследованиях; отсутствие «живого» контакта с клиентами психологического консультирования и психотерапии; дистанционная работа со студентами –

психологами, либо работа со студентами в медицинских масках) создали свои трудности, над преодолением которых необходимо думать. В частности, имеющийся опыт работы в новых условиях показал, что наибольшую трудность создает недостаток информации о собеседнике из-за нехватки или отсутствия зрительной информации, аудиальной и кинестетической. Необходимость уточнять, догадываться, додумывать для восполнения отсутствующей или недостаточной информации, создает большую нагрузку на психолога, вызывает преждевременную усталость. Дистанционная форма работы облегчает, например, в учебном процессе, только действия «отрицательного» характера (не выслушивать, не отвечать, не реагировать. То есть, все, что связано с игнорированием чувств и мыслей собеседника). Но дистанционная форма работы затрудняет все «положительные» действия, связанные с необходимостью глубоко вникать в состояние собеседника, учитывать их нюансы, координировать совместные усилия по конструктивному решению обсуждаемых проблем и задач. Очевидно, обсуждаемый период времени поместил всех психологов в состояние, в котором находятся люди с ограничениями по зрению, слуху и т.п., поставил вопрос об эффективности и результативности психологической помощи и поддержки, оказываемых в этом состоянии. Сегодня мы должны основательно обсудить новые задачи, которые поставили перед нами изменения периода пандемии: как «считывать» состояния клиентов в условиях дистанционного взаимодействия? Как оказывать воздействие на человека, находящегося на весьма «хрупкой» связи? Как обмениваться эмоциями, которые могут «прийти» с задержкой? Какими методами выводить человека из проблемного состояния, если его не видишь, плохо слышишь, и не можешь должным образом «почувствовать»?

И, наконец, несколько слов о самом психологе и изменениях, которые происходят в субъекте профессиональной психологической деятельности. Как человеческое существо психолог тоже подвержен угрозе заражения коронавирусной инфекцией и обязан думать о своей безопасности со всеми вытекающими отсюда последствиями (ношение маски, ограничения в общении и перемещениях). Необходимостью стал и переход на цифровые технологии работы. Все это – общие правила жизни и работы в изменившемся мире. Что же можно отметить в качестве специфической особенности изменений, переживаемых профессиональными психологами? Очевидно, речь должна идти прежде всего о содержательном аспекте профессиональной деятельности психолога, о новых целях и новых методах достижения этих целей.

В триаде «наука – образование - практика» драйвером является именно практика. Вопросы и задачи, возникающие в ходе практической деятельности психолога впоследствии становятся исследовательскими задачами для психологической науки и образовательными задачами для университетских факультетов психологии. Наиболее устоявшимся видом психологической практики является психологическое консультирование. Одна из его разновидностей – это управленческое консультирование (хотя, конечно,

можно сказать и наоборот, что психологическое консультирование есть разновидность управленческого, его «инструмент»). В любом случае, в университете будущих организационных психологов учат управленческому консультированию, в том числе, и его истории. А история управленческого консультирования показывает, что уже довольно давно консультанты по управлению во всем мире совершили «методологический переход» от работы по решению проблем клиента - руководителя или его организации - («продажа решения») к передаче технологий решения проблемы («продажа метода»), то есть к «развитию у клиентов навыков самостоятельного решения проблем» [3, С.36-37]. Для почти любых видов психологического консультирования данный принцип не является новостью и давно используется. Но почему сегодня, в период масштабных изменений, об этом снова стоит задуматься? Потому что изменились проблемы? потому что изменились методы? или потому что изменились способы передачи методов? Скорее всего, все предположения справедливы. Суть задачи такова: понять, что передавать и как передавать в новых условиях.

Отличительной чертой профессии психолога всегда считалась тождественность человека (психолога) и метода (используемого приема работы). Перефразируя известные слова де Бюффона «стиль – это человек», можно сказать: «психолог – это метод». Другими словами, особенность профессии состоит в том, что психолог сам является инструментом своей деятельности, технологий решения поставленных задач. Как это происходит? Во взаимодействии с клиентом психолог показывает требуемые для решения проблемы или задачи образцы отношения, мышления, поведения. То есть, психолог выступает не просто «влиятельной моделью» для клиента, а своего рода зеркалом, показывающим ближайшее «будущее» самого клиента, «зеркалом» с обратной связью, моделирующим необходимые клиенту способы реагирования.

Психолог в режиме опережения показывает собой, своим способом реагирования, мышления и поведения каким надо быть, что и как надо делать в различных ситуациях. Но вот ситуации изменились. И теперь психолог должен успеть первым подготовиться к тому, чтобы быть способным «показать путь» клиенту. Психолог в новых условиях – это «гость из будущего», который знает дорогу к новому обретению себя и своих ресурсов, который является «живым примером» решаемости возникших задач.

Но что сегодня есть «правильная дорога» человеческого существования? К чему нужно адаптироваться и как? К чему адаптироваться нельзя, а нужно сопротивляться и преодолевать - обстоятельства и себя?

Из ответов на эти вопросы возникает и образовательная задача подготовки психологов в университете: выработка, превращение себя в технологию решения задач периода пандемии и постпандемии. Образование должно дать ответ на вопрос *что* есть наши новые задачи и *как* их нужно решать.

Магистрант – психолог завтрашнего дня

2020 год принес и позитивные перемены – открылась долгожданная магистерская программа по профилю «Ордерные технологии в психологии», которая имеет целью подготовку «ордерных технологов» - специалистов по изменению культуры, «магистров игры в бисер» культуры. Как раз то, что так важно в эпоху перемен и трансформации культуры на всех системных уровнях.

Уже в первом учебном семестре магистранты включились в работу проекта, реализуемого с использованием ряда ордерных технологий – диагностических и тренинговых (губернский проект «Школа молодых управленцев»). Освоение магистрантами ордерных технологий показало не только сложность работы по овладению знаниями о технологиях, но и сложность превращения себя в такую технологию: держать прямо спину, концентрироваться на решаемой задаче, сохранять самообладание в сложных ситуациях, находить общий смысл для прошлого, настоящего и будущего, применять способы укрепления уверенности в себе и помогать в этом тому, кто рядом, сохранять хорошее настроение в условиях многочасовой работы и большой физической и психологической нагрузки.

В рамках нашей конференции магистранты – ордерные технологи выступают со своими статьями, темы которых выбрали сами. Все выбранные темы связаны с инструментами получения тех или иных изменений в рамках сотериологической модели. О чем магистранты написали свои статьи для этой конференции? О методах работы над собой, которые освоили и которые помогали передать участникам проекта «Школа молодых управленцев». О чем магистранты не написали, но хотелось бы, чтобы написали (хотя бы самим себе)? О том, удалось ли им остаться после ордерных тренингов в том состоянии, в той психологической и физической форме, которая была обретена (держать прямо спину, концентрироваться на решаемой задаче, сохранять самообладание в сложных ситуациях, находить общий смысл для прошлого, настоящего и будущего, применять способы укрепления уверенности в себе и помогать в этом тому, кто рядом, сохранять хорошее настроение в условиях многочасовой работы и большой нагрузки). Удалось ли им в каждый последующий день после полученной подготовки оставаться в сфокусированном и дисциплинированном состоянии и шаг за шагом развивать достигнутые успехи?

Новый мир и новые трудности налагают новые обязательства на процесс подготовки психологов. Сейчас магистранты имеют набор «контрольных точек», по которым могут отслеживать процесс самотрансформации, «аутотехнологизации». Люди, которым психологи помогают, ждут общения с теми из нас, кто может показать, что значит быть готовым к встрече с трудностями, кто может «научить жажде и указать путь к колодезю» (А. де Сент-Экзюпери) в нашем, перевернувшемся с ног на голову, мире. Чтобы будущие магистры психологии смогли стать советчиками (консультантами), тренерами, наставниками в изменившемся мире, они должны быть сами в состоянии подготовленности к жизни в «другом мире» и подготовленности к

работе с людьми, которым надо помогать решать личные, профессиональные и общественные задачи в новых условиях.

Университетская свобода – учиться или не учиться, работать по профессии или не работать, должна смениться в магистратуре на профессиональную дисциплину и самоотверженную работу над поставленной целью – стать проводником в будущее, стать медиатором/посредником между вчерашним днем и сегодняшним, а также между сегодняшним днем и днем завтрашним.

Заключение

Происходящие в современном мире изменения имеют поверхностный уровень, который доступен наблюдению, и глубинный уровень, который нельзя увидеть глазами.

В видимый аспект происходящих изменений мы включили опасность болезни и смерти, ограничения в контактах и перемещениях и цифровизацию общения и работы как перенос нашей жизни в ее цифровой дубль. Для психологической индустрии (наука, образование, практика) мы отметили перетекание всех видов профессиональной активности в цифровой формат и существенное увеличение нагрузки психолога в связи с ограничениями, налагаемыми на общение с людьми, применяемыми цифровыми технологиями. Для самих психологов мы отметили необходимость изменений в направлении аутотехнологизации в виде освоения новых продуктивных способов мышления и поведения в изменившейся реальности для передачи этих способов клиентам психологической поддержки и помощи.

В глубинный, «невидимый» аспект происходящих изменений следует включить обострение «классических» противоположно направленных тенденций: с одной стороны, к альтруизму и человеческой солидарности (ведь даже получая доплаты, врачи не могут на нее вернуть себе здоровье или откупиться от смерти); с другой стороны, к индивидуализму и нигилизму (пример - так называемые «ковидные диссиденты»). Так было всегда, но в кризисные периоды такое расслоение в поведении людей становится отчетливее.

Психолог эпохи пандемии и постпандемии оказывается перед необходимостью выработки, либо инвентаризации ценностно-смысловых оснований своей жизни и деятельности. Выбор в пользу поддержки жизни или попустительству смерти, выбор в пользу сотрудничества с другими, либо борьбы с ними, выбор в пользу улучшения различных сторон осложнившейся жизни, либо в пользу ухудшения («гори все огнем»). И в итоге психолог делает выбор между ответственностью и безответственностью в изменившемся мире.

Представляется, что сегодня есть два типа обучения в магистратуре: обучение с целью получения знаний о психологических технологиях и обучение с целью создания «живых технологий» в лице психологов-магистров. Почему бы и нет? Психологи знают, что человек для человека может быть и ядом, и лекарством. А значит, человек для человека может

быть не только проблемой, но и технологией ее решения. Осваивать технологию или становиться технологий? Вот вопрос, который должен решаться в постпандемической магистратуре.

Библиографический список

1. Аксеновская Л.Н. Ордерная модель организационной культуры. - М.: Академический проект; Трикста.- 2007. – 303 с.
2. Пил Н.В. Энергия позитивного мышления. – М.: ФАИР, 1998.- 320 с.
3. Управленческое консультирование. Введение в профессию. – М.: Планум, 2004. - 976 с. С.36 -37.