

Помогающее поведение и эдологическая компететность

АРПЕНТЬЕВА МАРИЯМ РАВИЛЬЕВНА
ДОКТОР ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ НАУК,
ПРОФЕССОР КАФЕДРЫ ПСИХОЛОГИИ РАЗВИТИЯ И ОБРАЗОВАНИЯ КАЛУЖСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА

Помогающее поведение



Есть лишь одна честь — честь оказать помощь, есть лишь одна сила — сила прийти на помощь.

Р. У. Эмерсон

ВИДЫ ПОМОЩИ

- ▶ Социальная, экономическая, психологическая, юридическая, нравственная, медицинская....
- ▶ Прямая, опосредованная, комплексная
- ▶ Разовая, постоянная, сопровождение
- ▶ Дотация-дар, наставничество-обучение, фасилитация и коучинг (консалтинг), медиация и посредничество и т.д.
- ▶ Каким бы эгоистичным ни казался человек, в его природе явно заложены определенные законы, заставляющие его интересоваться судьбой других и считать их счастье необходимым для себя, хотя он сам от этого ничего не получает, за исключением удовольствия видеть это счастье, - писал А.Смит
- ▶ Интерес ученых к такому виду социального поведения людей, которое направлено не на причинения вреда другим, а на оказание им помощи прослеживается в работах, начиная с середины XX века: Х. Хекхаузен, Д. Пилявин, Д. Батсон, Дж. Уотсон, Ф. Скиннер, К. Роджерс, Д. Бар-Тал, Б. Латане и Дж. Дарли, Р. Чалдини, Д. Кенрик и Д. Бауман, Ш. Тейлор, Дж. Хоманс, П. Блау, Л. Пипло и Д. Сирс, П.А. Кропоткин, Е.Е. Насиновская, Е.П. Ильин, М.Р. Арпентьева, А.Н. Поддьяков, С.К. Нартова-Бочавер, М.В. Фирсов, и многие др.,

Определение помогающего поведения

- ▶ действия, которые направлены на благо других , за которые не предусматривается каких-либо внешних вознаграждений
- ▶ Просоциальное поведение включает в себя любые действия, связанные с оказанием помощи или намерением оказать помощь другим людям независимо от характера ее мотивов, базирующихся на социальных нормах.
- ▶ Вид просоциального поведения, которое охватывает все положительные формы социальных действий, имеющие своей целью пользу или выгоду других людей
- ▶ включает в себя такие действия, как делиться / жертвовать или дарить, помогать и поддерживать и т.д.
- ▶ Исходя из чувства долга или моральных обязательств, подчинение я социальным нормам (требованиям) или угрозе, ожидания нематериальных и иных вознаграждений, благодарности и любви

«Переменные» помощи:

- ▶ Осознание трудности ситуации / проблемы/неблагополучия у другого
- ▶ Осознание необходимости помощи другому
- ▶ Интенсивность и реальность чувства «мы», общности между реципиентом и потенциальным помощником у помощника
- ▶ Оценка воспринимаемых затрат и вознаграждений за (не/о) посредственную помощь
- ▶ черты и состояние потенциального помощника, а также жертвы
- ▶ Культурные переменные /традиции помощи в культуре помощника

Теории помогающего поведения

Теория	Уровень объяснения	Взаимный «альтруизм»	Подлинный альтруизм
Социальных норм	Социологический	Норма взаимности	Норма социальной ответственности
Социального обмена	Психологический	Внешние вознаграждения за оказание помощи	Дистресс – внутренние вознаграждения за оказание помощи
Эволюционная	Биологический	Взаимность	Сохранение рода

Теории помогающего поведения

Согласно теории социального обмена, оказание помощи, подобно любому поведению в обществе, мотивируется стремлением минимизировать расходы и увеличить, насколько возможно, доходы. Доходы могут включать следующие моменты:

- ▶ Знание: желание лучше понимать людей, чему-то научиться
- ▶ Карьера: расширить перспективы получения работы, опыт и связи
- ▶ Социальная приспособляемость: стать частью какой-либо группы
- ▶ Защита своего Я: уменьшение чувства вины или избавление от личностных проблем
- ▶ Увеличение уважения: укрепление чувства собственного достоинства и уверенности в себе
- ▶ Выражение ценностей: действие в соответствии с человеческими ценностями и забота о других
- ▶ желание получить пользу или помощь в ситуации необходимости (феномен «взаимного (или реципрокного) альтруизма» (Р. Триверс, 1972))

Теории помогающего поведения

Нормы – это общественные ожидания, они предписывают нам определенное поведение, определенные жизненные обязанности. Выделяют две социальные (общественные) нормы, которые мотивируют помощь:

- ▶ **Норма взаимности** – ожидание того, что люди, скорее всего, окажут помощь, а не навредят тем, кто им помог. А. Гоулднер: норма взаимности – всеобщий моральный код – следует оказывать помощь тем, кто нам помогает. Эта норма так же универсальна, как запрет на кровосмешение. Мы «вкладываем» свои усилия в других и ожидаем дивидендов. Получение без отдачи нарушает норму взаимности. Эта норма наиболее явно касается взаимоотношений равных с равными. Если жертвы не могут вернуть «долг» или могут почувствовать, что, принимая помощь, они подвергают себя опасности или роняют свое достоинство (неполноценность, желание отомстить за отобранную свободу решать свои проблемы самостоятельно).
- ▶ **Норма социальной ответственности типична в** коллективистских культурах (Индия), меньше - в индивидуалистических (США), включает ожидание, что люди будут помогать тем, кто от них зависит. Вера в то, что люди должны оказывать помощь тем, кто в ней нуждается, и кто не создал свои проблемы сам, безотносительно к возможной выгоде в будущем

Теории помогающего поведения

Эволюционная психология признает два типа альтруизма: преданность роду и взаимность (Субботский Е. В., 1977 и др.)

- ▶ Альтруизм как преданность по отношению к близким / родственникам сформировался в ходе эволюции для увеличения возможности выживания общих генов. Отбор по признаку родовой принадлежности – фаворитизм по отношению к тем, у кого такие же гены, как и у помогающего.
- ▶ Действия в соответствии с **принципом взаимности**. Р. Триверс: субъект оказывает помощь другому, потому что ожидает в ответ оказания помощи. Дающий надеется, что станет получающим, а нежелающий ответить взаимностью будет наказан: обманщиков, отступников и предателей презирают.

Теории помогающего поведения в СОЦИОЛОГИИ

- ▶ Деятельностно-активистский подход в социологии Э. Гидденс, А. Турен, П. Штомка, В. Ядов
 - ▶ Парадигма коллективного действия и теория мобилизации ресурсов - Дж. Мак-Картти, М. Залд, М. Ольсен, А. Смит и Дж.С. Милль
 - ▶ Эволюционный подход – П.А. Кропоткин и т.д. , теории обмена Дж. Хоманса и П. Блау, др.
1. понятия «общественный активизм», «гражданский активизм», «социальный активизм», «гражданское и общественное участие», «низовая самоорганизация», «инициативная общественная активность граждан»
 2. понятия благотворительности, филантропии, волонтерства, добровольчества, «ближних помощников», профессиональных помощников, помогающих услуг

подразумевают добровольную, инициативную, целенаправленную деятельность индивидов и их групп, ориентированную на социальные преобразования, участие в решении социальных проблем

Личностные и ситуационные черты и состояния

- ▶ **Сознание человеком вины, ответственности**, защита собственного «Я» (желание избавиться от чувства вины) и повышение самооценки (укрепление чувства собственного достоинства и уверенности в себе).
- ▶ **Хорошее настроение или попытка исправить плохое**
- ▶ Эмпатические и образованные люди, ощущение самоценности (Я. Рейковский, М. Ярошевич)
- ▶ Склонные к самостоятельному принятию решений личности
- ▶ Малочисленность ответственных /участников ситуации (гипотеза урбанистической перегрузки С. Милгрена и исследования территориальной агрессии при перенаселении как причины отказа от помощи)
- ▶ Ситуация понятная, ситуация рискованная, отсутствует давление времени
- ▶ Просоциальные модели доступны и рекламируются как нормативные

МОТИВЫ И РЕЗУЛЬТАТЫ ПОМОЩИ

- ▶ **ЗАЧЕМ Я ЖИВУ?** внутриличностные мотивы и результаты помощи - открытие навстречу миру и себе, преодоление эгоцентризма и служение обществу, добровольная жертва – дар как понимание необходимости делиться с миром счастьем, отвечать за свои поступки, смиряться перед «мудростью бытия» и исполнять «карму» (сознавать и оплачивать долги) и «дхарму» (сознавать и исполнять предназначение)
- ▶ **ЗАЧЕМ МЫ ВМЕСТЕ?** микросоциальные (межличностные) мотивы и результаты – открытие навстречу другим людям, умение балансировать собственные интересы и интересы людей, исследуя и принимая решения в отношении собственных и общекультурных ценностей, первые шаги к «космическому сознанию» как отказ от навязчивых представлений о справедливости, свободе
- ▶ **ЗАЧЕМ НУЖЕН ЧЕЛОВЕК?** макросоциальные, трансличностные мотивы и результаты помощи – открытие навстречу переменам, постижение любви как сущности отношений в мире, трансценденция и постижение общих «бинеров» бытия (его диалектичности, непрерывности, множественности, единства)

Помогающее (эдологическое) поведение (helping behavior)

- ▶ В широком смысле - знания и умения грамотного поведения в проблемных для себя и иных людей ситуациях **разных типов, уровней и сфер**
- ▶ В узком смысле - знания и умения грамотного поведения **в кризисных для личности отношениях с собой и другими людьми**, включающие
- ▶ А) знания и умения общения с собственным бессознательным и бессознательным других людей, **рефлексивность**
- ▶ Б) знания и умения **способов помогающего реагирования на проблемную, трудную ситуацию**, возможностей и ограничений разных стратегий поведения (взаимодействия) в конфликте (палитра способов реагирования)
- ▶ В) **транспарентность как прозрачность и толерантность к непониманию и конфликту, кризису, затруднению, фрустрации**

Помогающее (эдологическое) поведение

- ▶ Альтруистическое поведение и поведение – самопожертвование, приоритет социального выживания над личностным
- ▶ Дар как добровольная жертва, благотворительность, исходящая из понимания единства социального и личностного, поведение, направленное на уменьшение социального расслоения
- ▶ Неэгоистическое поведение, разделение жизни и ее частей, обмен и просоциальное поведение – нацеленность на поддержание и укрепление социальной защищенности как важного условия выживания
- ▶ Эгоистическое поведение: помощь как услуга, за которую ожидается вознаграждение, демонстрация социально желательных образцов поведения и отношения, самопрезентация
- ▶ Форма власти, насилия, контроля (управления) над более слабыми и незащищенными, поведение, направленное на усиление социального расслоения

Эдологическая (помогающая) компетентность

- ▶ знания и умения помощи себе и другим людям, ценностно-целевые ориентиры, способы и схемы осмысления и модели помогающего поведения и поведения, связанного с принятием помощи
- ▶ М.В. Фирсов – понятие «эдологии» (2000) – науки о помогающих практиках (поведении, ситуациях, ценностях и отношениях)
- ▶ М.Р. Арпентьева - понятие эдологическая компетентность (2015) – компонент социально-психологической компетентности личности и группы
- ▶ Базовые потребности в самореализации (экзистенциальная исполненность) и свободе (осуществление нужд и целеориентированность), признании и благодарности, подтвержденности и включенности в общество, служения и обмена с обществом, другими людьми («социальное животное»)
- ▶ многообразии видов социального активизма и субъектности /служения и обмена / помощи и поддержки (П. Блау и др.) как основы социальной жизни

Эдологическая компетентность

- ▶ «Личностный блок»: мужество (творчество, исследование, стремление «дойти до конца - рефлексия»), искренность (аутентичность, конгруэнтность, транспарентность), конкретность (обращенность, персонифицированность предметность)
- ▶ «Межличностный блок»: терпение (толерантность, принятие, уважение), забота (сопереживание, подтверждение как поддержка, свобода ошибаться), заслуженность (любовь, децентрация /неэгоистичность, гармоничность),
- ▶ «Социальный блок»: сакральность (жизнеутверждение, истинные ценности,), автономность (свобода, независимость как «критическое мышление»), спонтанность), социабельность (партисипация как участие, благотворительность как служение, принятие нормативов – открытость воздействию и благодарность социуму, этносу, роду, семье и оплата долгов перед ними)

Помощь: прощение, подтверждение, сопровождение, принятие дара

- ▶ Исследование – вместе с другом, супругом, спутником, психологом и т.д., обмен впечатлениями для согласования – проверки, обогащения понимания произошедшего, прощения и иных форм «разрешения». Психолог не судит, он разрешает исследовать и помогает при необходимости – «расставить акценты»: агент реальности
- ▶ Расширение собственного жизненного мира, включение в него «забытых» и игнорируемых ранее аспектов, позволяющих человеку реализовать себя. Психолог помогает принять себя, подтвердить значимость и ценность чего-либо, в том числе жизни клиента, а также его нужности миру (фактичности его «так-бытия»)
- ▶ Дарение как добровольная жертва, отказ от эгоизма и утверждение жизни, гармония умений дарить и принимать дар. Психологу нужно уметь принимать подарки и дарить подарки, чтобы научить этому других людей. Благодарность и развитием способности благодарить.
- ▶ Новая жизнь, наставничество и помощь переходящим. Наш опыт в это мире имеет мало отношения к нам: это опыт для других. В этот мир мы приходим приносить любовь, а не пользоваться ею.
- ▶ Глубокие реки текут неслышно. Кризис, проблема, трудность – это благословение.

Ключевые понятия и этапы помощи и самопомощи

- ▶ Благословение как разрешение перейти, подтверждение, поддержка, сопереживание
- ▶ Пребывание и принятие, смирение и открытость
- ▶ Благодарность, путешествие, опыт жизни, применение
- ▶ Отпускание , жертва, освобождение, взятие обязательств
- ▶ Преодоление, переход, трансформация, новое наполнение
- ▶ Обнаружение, открытие , рефлексия – осознанность
- ▶ Проектирование, действие в бездействии, «автоматические» процессы

Ключевые источники

- ▶ Арпентьева М.Р. Консультативный диалог : современные модели и концепции. Научная монография / М.Р. Арпентьева // Профессиональная библиотека работника социальной службы. – М.: ООО Изд-во «Социальное обслуживание», – 2018. – №3 – 256с.
- ▶ Помогающее поведение: ценности, смыслы, модели Коллективная монография. Сер. "Актуальные проблемы практической психологии: кризис, развитие, поддержка" Калужский государственный университет им. К.Э. Циолковского; Ответ. ред. , введ. М.Р. Арпентьева. Калуга, 2016. – 340с.
- ▶ Лотман М.Ю. «Договор» и «вручение себя» как архетипические модели культуры//В книге: История и типология русской культуры. -С.-Петербург, 1984. С. 22-33.
- ▶ Ильин Е.П. Психология помощи. Альтруизм, эгоизм, эмпатия. СПб.: Питер, 2013. 304 с.
- ▶ Кухтова Н.В. Просоциальное поведение в структуре профессионально-важных качеств специалистов, помогающих профессий//Психологический журнал. 2014. № 3. С. 15-22.
- ▶ Рейковский Я. Просоциальная деятельность и понятие собственного «Я»//Вестник Московского университета (Серия 14. Психология). 1981. № 1. С. 14-22.
- ▶ Чалдини Р. Социальная психология: Пойми других, чтобы понять себя! СПб.:прайм-Еврознак, 2002. 336 с.
- ▶ Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. СПб.: Питер, 2003. 860 с.

Ключевые источники

- ▶ Насиновская Е.Е. Альтруистический императив//Современная психология мотивации/под ред. Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2002. С. 152-171.
- ▶ Шермазанян Л.Г. Мотивация помогающего поведения в контексте житейской и профессиональной помощи // Консультативная психология и психотерапия. 2015. Том 23. № 5. С. 257–289. doi:10.17759/cpp.2015230512
- ▶ Материалы Международной научно-практической конференции «Помогающие профессии: научное обоснование и инновационные технологии» 15-16 сентября 2016 г., Нижний Новгород / Под общ. ред. З.Х. Саралиевой. – Нижний Новгород: Изд-во НИСОЦ, Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского, 2016. – 865 с.
- ▶ Batson C.D. The Altruism Question: Toward a Social-Psychological Answer. Hillsdale, NJ: Erlbaum, 1991. 272 p. 28.
- ▶ Baumeister R.F., Masicampo E.J., DeWall C.N. Prosocial benefits of feeling free: disbelief in free will increases aggression and reduces helpfulness//Personality and Social Psychology Bulletin. 2009. Vol.35. № 2. P. 260-268.
- ▶ Latane B., Darley J. The unresponsive bystander: Why does not he help? New York: Appleton-Century-Crofts, 1970. 131 p.
- ▶ Piliavin I.M., Piliavin J.A., Rodin J. Costs, diffusion and the stigmatized victim//Journal of Personality and Social Psychology. 1975. Vol. 32(2). P. 429-438.

КЛЮЧЕВЫЕ ИСТОЧНИКИ

- ▶ Berkowitz L. Resistance to improper dependency relationships//Journal of Experimental Social Psychology. 1969. Vol. 5(3). P. 283-294 DOI: 10.1016/0022-1031(69)90054-7
- ▶ Bierhoff H.-W., Rohmann E. Altruistic personality in the context of the empathy-altruism hypothesis//European Journal of Personality. 2004. Vol. 18(4). P. 351-365.
- ▶ Burgess M., Gordon M.S., Shevlin M., Morgan K. Would you save an uncaring relative from a burning building? Considerations of relatedness and previous care in predictions of altruism//Current Research in Social Psychology. 2004. Vol. 9. № 15. P. 209-219.
- ▶ Cameron C.D., Payne B.K. Escaping affect: how motivated emotion regulation creates insensitivity to mass suffering//Journal of Personality and Social Psychology. 2011. Vol. 100. P. 1-15.
- ▶ Cialdini R., Schaller M., Houlihan D., Arias K., Fultz J., Beaman A.L. Empathy-based helping: Is it selflessly or selfishly motivated?//Journal of Personality and Social Psychology. 1987 (Apr). Vol. 52(4). P. 749-758.