

Наконечна М.М.

Допомога іншому як суб'єкт-суб'єктна взаємодія

Допомога іншому – це важлива форма соціальної взаємодії, пов'язана з наданням благ іншому суб'єкту та особистісним розвитком допомагаючого суб'єкта. Справжня допомога спрямована на розкриття потенціалу взаємодії та особистісного потенціалу обох учасників інтеракції. Але, як було нами виявлено, крім справжньої допомоги, існують іще такі її форми, як невротична та псевдодопомога. Крім того, важливими аспектами допомагаючої активності є її екзистенційні виміри, пов'язані з межевими питаннями людського існування в світі.

Справжня допомога іншому сутнісно пов'язана зі сприянням входженню цього іншого в стан суб'єктності. О.М. Волкова визначає суб'єктність як *„властивість особистості виробляти взаємообумовлені зміни в світі, в інших людях, в людині. В основі цієї властивості особистості лежить ставлення людини до себе як до діяча”* [1; с. 35]. Відповідно, сприяння входженню в стан суб'єктності – це сприяння діяльнісному ставленню іншої людини до своєї життєвої ситуації. У випадку допомоги іншому таке діяльнісне ставлення стає важливим атрибутом надання підтримки, а для реципієнта допомоги – фактором, який може перетворити його з жертви обставин на суб'єкта активності, автора відповідального та потрібного рішення, і потенційно у свою чергу мотивувати до надання допомоги іншим.

Цікавим є розгляд допомоги в руслі суб'єктного підходу. Так, О.О. Сергієнко зазначає: *„Розглядаючи життя людини як низку подій та ситуацій, психологія людського буття (В.В. Знакова. – М.Н.) розкриває нові джерела формування суб'єктності людини”* [4; с. 10]. Зокрема, однією із таких ситуацій може бути ситуація допомоги іншому. Допомога іншому сприяє розкриттю потенціалу суб'єктності учасників взаємодії – того, кому допомагають, який повинен стати суб'єктом власної життєвої ситуації, та того, хто допомагає, який стимулює суб'єктність іншого власною суб'єктністю.

Важливий аспект допомоги – її плинність, сукцесивність, динамічність. Допомога іншому, сполучена з суб'єктністю, характеризує постійну мінливість, неперервний розвиток як суб'єкта надання допомоги, так і її реципієнта.

Іншою важливою психологічною характеристикою допомоги іншому є зв'язок з особистісними переживаннями. М. Чікцентміхайї пише: „Для нього (оптимального переживання, або стану „потокі”. – М.Н.) характерна відповідність наших умінь складності поставленої задачі, наявність ясної мети та чітких „правил гри”, а також зворотнього зв'язку, який дозволяє судити про успішність власних дій” [5]. Стан „потокі”, за М. Чікцентміхайї, як ми вважаємо, можливий при наданні допомоги іншому. Зокрема, в проведених раніше дослідженнях [3] нами була виділена емоційна спрямованість інтерпретації концепту допомоги іншому, при якій досліджувані писали про такі емоції та почуття, як радість, щастя, захоплення, піднесення.

Нарешті, важливою психологічною особливістю допомоги іншому є її інтегративний характер. М.Й. Воловікова зазначає: „Проблема саморегуляції була досліджена К.О. Абульхановою на особистісному рівні як оптимальний/неоптимальний спосіб індивідуальної інтеграції особистістю власних можливостей різних рівнів для вирішення життєвих задач” [2; с. 24]. Таке розуміння саморегуляції співвідноситься з проблемою допомоги іншому в аспекті розуміння способів „інтеграції особистістю власних можливостей”, а саме особистістю, яка потребує допомоги та підтримки. В цьому аспекті допомагаючий суб'єкт стає помічником в тому, щоб людина обрала оптимальний спосіб інтеграції власних ресурсів.

Допомога – різновид суб'єкт-суб'єктних відносин, а не суб'єкт-об'єктних чи навіть суб'єкт-об'єкт-суб'єктних, адже справжня допомога – це завжди взаємодія двох особистостей, навіть якщо їх діалог опосередкований певним предметом, або ж об'єктом.

Таким чином, допомога іншому є складною соціопсихологічною реальністю, для глибокого розуміння якої необхідні міждисциплінарні дослідження. Допомога іншому, який переживає кризову ситуацію, в континуумі афективно-емоційних процесів є віддзеркаленим процесом

вчування, співпереживання та спільного пошуку оптимальних шляхів переведення набутого досвіду в «своє – живе» (М.В. Папуча). Ефективна допомога іншому з психологічної точки зору полягає в тому, що через усвідомлення людина опановує себе та стає активним суб'єктом власної життєвої ситуації.

Переживаючи кризову подію, людина може звернутися по допомогу – соціальну, психологічну, медичну тощо. Знаючи суттєві та специфічні особливості допомоги як психосоціокультурного факту, можна зробити процес допомагання тим, хто цього потребує, максимально ефективним та результативним.

Література

1. Волкова Е.Н. Субъектность как деятельное отношение к самому себе, к другим людям и к миру / Е.Н. Волкова // Мир психологии. – 2005, №3 (43). – С. 33-40.
2. Воловикова М.И. История, современное состояние и перспективы развития психологии личности / М.И. Воловикова // Психологический журнал. – 2012. – Т. 33, № 1. – С. 20-29.
3. Наконечна М.М. Допомога іншому: психологічні аспекти / М.М. Наконечна. – К.: Видавничий Дім «Слово», 2012. – 184 с.
4. Сергиенко Е.А. Развитие психологии субъекта и субъект развития / Е.А. Сергиенко // Психологический журнал. – 2012. – Т. 33, № 1. – С. 7-19.
5. Чиксентмихайи М. Поток. Психология оптимального переживания / М. Чиксентмихайи. – М.: Альпина нон-фикшн; Смысл, 2011. – 464 с.