

П. В. ЛУШИН

Доктор психологических наук,
профессор, заведующий кафедрой
общей и практической психологии
УМО НАПН Украины, Киев.

ДВА ИЗМЕРЕНИЯ ПРИНЦИПА «НЕ НАВРЕДИ» И КОДЕКС ЭКОЛОГИЧНОСТИ

Актуальность. В настоящее время, казалось, не осталось психологов, которые не употребляли бы термин «экологичность», особенно в контексте, когда важно оценить эффективность или корректность профессионального влияния на личность, группу, систему отношений, и т.д. Авторы статьи про экологичность в известной интернет-энциклопедии «Википедия» не без оснований полагают, что под экологичностью чаще всего имеют в виду принцип «не навреди», перенесенный из медицинского контекста («экологичный психотерапевтический процесс — это такой процесс, который достигает улучшения психического здоровья человека, не разрушая его личную жизнь» [11]).

Цель исследования состоит в построении психологической интерпретации принципа «не навреди» в нескольких аспектах: традиционном или дефицитарном и профицитарном или экологичном в собственном смысле слова.

Результаты теоретического анализа проблемы. Традиционно смысл принципа экологичности, в значении «не навреди», в нашем понимании, подразумевает следующее содержание.

1. В определенном недоверии специалиста самому себе, в частности, за то, что в его действиях и профессиональных основаниях есть что-то такое (возможно малосознаваемое), что потенциально опасно для потребителя его услуг. Оно, потенциально опасное, подлежит особому контролю. Отсюда, нужно постоянно контролировать/супервизировать содержание собственной профессиональной деятельности. В противном случае, можно потерять свою экспертную позицию и оказаться профессионально неуспешным (возможно: страх перед ошибками – движитель профессионального роста?).

2. В рассмотрении процесса помощи как необратимого, в смысле того, что специалист ограничен в возможностях уточнения и корректировки своих действий и, если им допущена ошибка, у него крайне мало возможностей ее исправить. Ошибки в действиях профессионала чреваты утратой доверия со стороны клиента, снижением эффективности в работе и, следовательно, патологизацией (в прямом и переносном смысле) личности психолога, что зачастую может выступать в качестве признака, например, «профессионального выгорания».

3. В убеждении: психолог и клиент – это разные, зачастую изолированные друг от друга системы, вследствие чего, можно навредить или, наоборот, проявить заботу о клиенте, не навредив/не позаботившись о себе.

4. В недоверии клиенту: он\она не сможет сопротивляться негативному влиянию со стороны, например, профессионала. Проблемное состояние клиента делает его уязвимым, а поэтому на него нельзя опираться как на фактор успешной профессиональной работы.

5. В страхе перед недостатком, дефицитом социальных источников защиты, в частности, в недооценке того кто\что, обычно или потенциально может помочь клиенту в преодолении неурядиц, проблем или вызовов.

6. Во всех вышеуказанных пунктах подразумевается недооценка условно негативных состояний клиента. Проявления хаоса, неопределенности, негативных эмоций, сопротивления и взаимной конфронтации, с точки зрения более традиционной позиции психолога, представляются нежелательными явлениями в работе с клиентом. Между тем, фиксация «вреда», в определенном контексте может выступать в качестве переходной формы на новый виток развития («порядок через хаос» - логика изменения И.Пригожин [7]).

7. «Не навреди» предполагает, что клиент – объект, а не субъект как активный агент изменения и, следовательно, профессиональное действие осуществляется без или при минимальном его участии (предполагается, что специалисту лучше знать, что лучше клиенту). Тем самым, принцип «не навреди» традиционно реализуется в условиях директивного воздействия, когда экспертная позиция клиента либо вовсе не признается, либо недооценивается.

Данные положения раскрывают дефицитарную позицию в трактовке экологичности как «не навреди». Принцип экологичности в его недифицитарном, профицитарном или, собственно, экологичном понимании реализуется в рамках экосистемного или экофасилитативного подхода, где как специалист, так и клиент со всеми их связями представляют собой открытую самоорганизующуюся и саморазвивающуюся экосистему связанных и взаимно обусловленных агентов-элементов, которые непрерывно, спонтанно и необратимо стремятся к новым возможностям своего развития и функционирования. Его содержание раскрывается в положениях, отраженных в таблице 1, где дана сравнительная характеристика принципа экологичности в дефицитарной и профицитарной трактовке.

Содержание принципа экологичности в дефицитарной и профицитарной логике

Таблица 1. (ПРЕОБРАЗОВАНА АВТОРОМ)

№	Дефицитарное содержание	Профицитарное содержание
1	Недоверие специалиста самому себе: в его работе всегда может появиться малоосознаваемое и вредоносное содержание.	Доверие себе как части системы "специалист-клиент": проявление неконтролируемого - это часть работы совместно с клиентом.
2	Специалист ограничен в возможностях уточнения и корректировки своих действий.	Специалист активно стремится к взаимопониманию с клиентом: каждый из них свободен корректировать и согласовывать друг с другом свою позицию.
3	Психолог и клиент - части разных систем: специалист может вредить/заботиться о другом, не вредя/заботясь о себе.	"Специалист и клиент" - единая, открытая динамическая система: трудно причинить вред или сделать добро другому, не причиняя его себе.
4	Недооценка возможностей клиента (дефицит), который не в силах сопротивляться/защищаться от негативного влияния со стороны (включая со стороны профессионала)	Осознание профицита (избытка) возможностей клиента.
5	Клиент ограничен в социальных источниках самопомощи.	Клиент - открытая система, постоянно коммутирующая с ресурсами других систем. Обращение к психологу - это проявление способности клиента к социальной саморегуляции.
6	Недооценка специалистом потенциала негативных состояний клиента: "негативные состояния - патология"	Негативные состояния (переходные состояния) как часть более общей системы изменения: "порядок через хаос"
7	Клиент - не субъект взаимодействия со специалистом: профессиональное действие осуществляется при минимальном его участии. Раппорт с клиентом нужен психотехнически для снятия сопротивления и реализации субъектно-объектной модели взаимодействия между специалистом и клиентом.	Клиент - субъект: профессиональное действие осуществляется в прямом взаимодействии с клиентом. Раппорт нужен для реализации модели взаимодействия: "специалист - проблема - клиент"

Изложение основного материала исследования. Психолог, равно как и клиент, являются частью более общей системы. Возникновение в ней непонимания, конфликтов, конфронтаций, сопротивлений являются переходными формами к развитию и поэтому составляют часть группового процесса в рамках коллективного субъекта. Психологу сложно передать напрямую определенное содержание без его активного преобразования и превращения в собственные смыслы клиентом. Равно как и наоборот: понимание смыслов клиента проверяется и соотносится с системой ценностей и смыслов психолога. Ни первый, ни второй не являются беспристрастными по определению. Ошибки и неточности, конфликты - неотъемлемые условия формирования общего рабочего пространства между психологом и клиентом, позволяющего не только доверять друг другу, но и строить новые общие смыслы. В результате, прекращение работы психолога зачастую символизирует не изменение одним другого, но взаимное изменение, а также порождение новых социально значимых смысловых конструктов. *Отсюда, следует, что, например, «профессиональное выгорание» - это не профессионально-психологическое нарушение, но завершение определенного контекста развития и переход к новому.* В связи с этим, приступая к работе, психолог может бояться не столько допустить ошибки, сколько упустить шанс взаимного, собственного и социального развития. *Отсюда, «вред» другому свидетельствует о незавершенном процессе взаимодействия, о наличии дополнительных возможностей согласования индивидуальных смыслов.*

Данное явление неизбежно и вполне конструктивно на продвинутых этапах профессионального функционирования. При этом ситуация перехода неоднозначна сама по себе. В ней есть много противоречивого, болезненного и вместе с тем оптимистического по типу синергитического изменения «порядок через хаос» [6-7]. Для примера: инсайт на первых стадиях может граничить с неким даже страданием или мучением, обусловленным необходимостью толерировать неопределенность, на последующих - ассоциируется с подвижками в осознании. Последние имеют вероятность завершиться эмоционально окрашенным интеллектуальным озарением, зачастую имеющим и социальный смысл [2], [9]. Проблемное состояние клиента также является граничным и поэтому переходным, когда он включает в условие решение собственной задачи другого, например, профессионала. Подобное включение профессионала есть актом социальной саморегуляции и самосохранения открытых систем (проявление «социального психоиммунитета» [5]). Открытые системы, как известно, выживают путем коммуникации с окружающей средой [8], [10]. Поэтому обращение за помощью не признак слабости, а проявление силы. Факт обращения за помощью содержит программу самовыживания, самовыражения и саморазвития, а поэтому у психолога имеется возможность содействовать этому процессу с особым вниманием. Поскольку клиент и психолог - это взаимообусловленные системы, недостаточное внимание к программе клиента оттягивает во времени собственное профессионально-личностное развитие со стороны психолога, и наоборот. Даже в случае неудачи с одним специалистом

у клиента появляется возможность более точно реализовать имеющуюся у него потенциал при обращении к другому специалисту.

Далее для более доступного изложения принципа экологичности, в смысле профицита, мы разработали кодекс экологичности [3-4].

КОДЕКС ЭКОЛОГИЧНОСТИ[1]

Мы относимся к окружающему нас пространству не лучше, чем к самим себе.

Невозможно сделать других людей здоровее раньше, чем мы научимся относиться к самим себе с заботой и любовью.

Преодолеть собственные смыслы нельзя, их можно развить, интегрировать в новые: важно уважать свои и, следовательно, чужие основания, какими бы они не были.

Суть экологичной (профицитарной) позиции психолога заключается в убеждении, что клиент имеет значительно больше возможностей реагирования на ситуацию, чем сам осознает, поэтому он привлекает психолога, чтобы отразить свою адекватность конкретной значимой ситуации.

Экологичным является такое действие, которое имеет не только индивидуальный, но и социальный эффект, как в отношении экосистемы «психолог-клиент», так и в более широком контексте вплоть до трансформации значимой группы/сообщества.

Если структура развития — тезис-антитез-синтез, то экологичное действие может включать в себя целую палитру как условно негативных, так и условно позитивных состояний.

Если психолог видит в рассказе клиента готовый путь, ведущий к знакомому решению/результату – эта дорога, скорее всего, существует только в голове самого психолога, удобна ему, но не обязательно имеет отношение к проблеме клиента.

За экологичность воздействия психолог и клиент отвечают как элементы единой психологической экосистемы, которые проявляют себя в актах согласованности, взаимопонимания и содействия.

Взаимодействие психолога и клиента – нелинейный и вероятностный процесс, разворачивающийся в ситуации неопределенности [1]. Важно быть готовым к любому повороту событий, быть толерантным к неопределенности.

Ведущим критерием экологичности является поддержание взаимодействия «психолог-клиент» в состоянии динамики, самоорганизации и саморазвития: застойные процессы сменяются подвижками в сознании и действиях, как клиента, так и психолога. Важно появление в работе ощущения перспективы.

Психолог, не выражая или скрывая свое отношение к клиенту, как правило, порождает у него ощущение манипуляции. Это снижает качество «рабочего союза» и, следовательно, уровень психотерапевтического взаимодействия.

Нарастание моментов сопротивления клиента или недовольства психологом своей работой может свидетельствовать о появлении новых возможностей.

В таком случае отказ от прямого управления ситуацией, переход на недирективное, коллективное («клиент-проблема-психолог») управление ситуацией помогает справиться с трудностями.

Целенаправленная конфронтация во взаимодействии между психологом и клиентом уместна на продвинутых этапах – после установления «рабочего союза». Экологичной может быть так называемая «позитивная конфронтация», в процессе которой выражается сомнение в ограниченности ресурса клиента или ресурсов совместной работы психолога и клиента («Вы хотите сказать, что у вас/нас это не получится?»).

Если после проведенной консультации у психолога или клиента остаются моменты незавершенности и/или тяжелые переживания, важно договориться о перспективах совместной работы и возможных ресурсах на время проживания неоднозначного периода.

Если вышесказанные положения вызывают у вас раздражение, непонимание, имеет смысл отнестись к своим переживаниям с вниманием – экологично...

Далее приведем реализацию профицитарного подхода и вышеизложенных положений кодекса экологичности на примере одной из сессий по оказанию психологической помощи средствами разрабатываемого нами метода «экофасилитации» [5-6].

Клиент, около 35-40 лет обратилась за помощью к экофасилитатору по вопросу сомнений относительно перехода на новое место работы.

Кл.: Я работаю начальником производства. Мой начальник просит меня возглавить другое производство, значительно большее и с нуля. Но мне кажется, что я не пойду на это место, потому что не умею командовать, приказывать, увольнять, говорить «нет»...

Пс.: А как же вы сейчас руководите? И еще получаете повышение по службе! Значит, можно и не административно руководить, и добиваться при этом положительных результатов?

Кл.: Да. Я организовываю работу своих сотрудников, ценю их всех, а они в ответ – меня. Мы, как правило, не конфликтуем. Все идет нормально.

Пс.: Может быть, поэтому ваш начальник берет вас на новое место и заранее знает, что у вас получится? Или он вас всё же плохо знает? А может он просто безразличен к собственному новому начинанию и ему все равно, кто будет на этом месте?

Кл.: Нет. Он меня всегда ценил за то, что я - порядочный человек и никогда не стану воровать. В моих руках деньги надежно сохраняются, а со временем я их начинаю еще и приращивать...

Пс.: Значит, это не требование вашего начальника - быть жестким администратором, уметь организовать прибыльное предприятие... Главная обязанность, которую он на вас возлагает – не дать другим его разворовать?

Кл.: Да... Но мне самой хочется большего...: если я уже взялась за дело, то мне важно получить экономический эффект. Для этого нужно быть жестким и командным.

Пс.: Позвольте спросить у вас: раз это сугубо ваше желание и вы сами перед собой ставите такую, так сказать, развивающую цель, то на чем основан ваш оптимизм? Откуда вы знаете, что административное управление обязательно дает преимущества в бизнесе? Может быть вы где-то про это слышали или в вашей жизни был период, когда вы сами проявляли признаки командного управления?

Кл.: (Пауза)...Да было... Когда я начинала развивать то производство, на котором я сейчас работаю, у меня было именно так... В частности, я сама набирала и увольняла людей, наказывала их за прогулы или невыполнение инструкций. Но мне это страшно не нравилось...

Пс.: И такими мерами вам удалось сформировать рабочий коллектив набрать правильных людей и построить правильное производство?

Кл.: Да, но мне тяжело это давалось...

Пс: Тогда спрошу, с вашего позволения, еще об одном... Получается, что вопрос об отсутствии у вас навыков директивности, звучит по-другому: вы можете быть «командиром» и у вас есть соответствующие навыки, но они проявляются в определенных, непростых условиях, когда нужно организовывать новый бизнес?

Кл.: (Долгая пауза). Да!

Пс.: Еще один вопрос. Если вы вдруг захотели проявить у себя соответствующие навыки командира, то, получается, в них есть не только плохое для вас, но и что-то конструктивное, желанное? В противном случае, зачем все это затевать и возвращаться к тому, от чего вы ушли в свое время?

Кл.: Да, вы опять правы! Было очень тяжело увольнять людей, которые не справлялись со своими обязанностями, потом...находить новых. Конечно, позже я поняла, что от этого все выигрывали. Потом наступал период, когда сложился настоящий дружный коллектив, я к этому имела прямое отношение, потому что моими «авторитарными» руками это все было сделано.

Пс.: Значит, вы хотели бы повторить этот период вашей жизни?

Кл.: Получается так... (Уверенная улыбка. Пауза). Мне нравится преодолевать трудности, видеть, как многое от тебя зависит и, в итоге, получать хороший результат!

Пс.: А сейчас, на этом производстве, где вы пока еще работаете, все нормально и предсказуемо. Вам это уже не нравится?

Кл.: (Пауза) Нет, все нравится, но не хватает активного движения, что ли? Я соскучилась по нему....Всё, спасибо – принимаю предложение начальника....

Дадим несколько комментариев к данному протоколу в соответствии с положениями кодекса экологичности.

Действительно, мы неразрывно связаны с окружающим нас пространством. Исследования экопсихологов говорят о том, что экологический кризис обусловлен утилитарным отношением к

действительности, но мы и к себе зачастую относимся аналогичным образом: всячески манипулируем собой и другими. С первого предложения психолог пытается войти в положение или точнее, разобраться в сложившейся ситуации/контексте клиента, а не дать ему алгоритм отказа от предложения или технологию поддержания в себе черт директивного администратора. (Как зачастую это бывает в программах по развитию коммуникативных навыков. Тренеры в этих программах, по сути, исходят из дефицитарной идеи о том, что у малокоммуникабельных людей отсутствует опыт, средства, способы конструктивного общения. Вместе с тем, анализ их жизни показывает: клиент обладает специфическим и зачастую адекватным арсеналом тактик и стратегий общения, даже в том случае, когда со стороны подобная коммуникабельность не считается адекватной или просто кому-то не нравится.) В описанном выше случае, психолога от манипуляции клиентом упреждает неоднозначность запроса: с одной стороны клиент убежден в том, что ему не присущ командный стиль управления, с другой – вместо того, чтобы успокоиться и отказать начальнику, он обращается к психологу за помощью: а вдруг в этом что-то есть? Последующая работа с психологом подтверждает эту гипотезу: будущий руководитель уже имеет опыт успешного администрирования и ему эмоционально важно сменить место своей успешной работы на новую.

Этот вывод также содействует реализации следующего положения кодекса экологичной работы психолога о том, что преодолеть собственные смыслы нельзя, их можно развить, интегрировать в новые: важно уважать свои и, следовательно, чужие основания, какими бы они не были. В описанном нами случае психолог убеждается в том, что даже весьма жесткое администрирование может иметь конструктивные стороны в определенном контексте:

«Кл: Когда я начинала поднимать то производство, на котором я сейчас работаю, у меня было именно так... В частности, я сама набирала и увольняла людей, наказывала их за прогулы или невыполнение инструкций. Но мне это страшно не нравилось...

Пс: Получается, что вопрос об отсутствии у вас навыков директивности, звучит по-другому: вы можете быть «командиром» и у вас есть соответствующие навыки, но они проявляются в определенных, непростых условиях, когда нужно организовывать новый бизнес?»

Реализация следующего положения «Кодекса экологичности» о том, что «клиент имеет значительно больше возможностей реагирования на ситуацию, чем сам осознает», подтверждается тем, что запрос клиента представляет собой переходную форму на новый виток развития. Данный запрос представлен в определенной противоречивости: с одной стороны начальник ценит своего подчиненного на том месте, где последний работает, с другой - склонен перевести его на более сложную работу. При этом, сам клиент убежден, что это ему не по силам, хотя продолжает заниматься анализом сложившейся ситуации...

В результате совместной с психологом проработки данного вопроса, действительно, раскрылись новые возможности клиента: они были заданы, но не даны в готовом виде:

«Кл.: Получается так... (Уверенная улыбка. Пауза). Мне нравится преодолевать трудности, видеть, как многое от тебя зависит и, в итоге, получать хороший результат!»

Подобный результат отражает смысл следующего положения «Кодекса» о том, что экологичное действие имеет не только индивидуальный, но и социальный эффект, как в отношении экосистемы «психолог-клиент», так и в более широком контексте, вплоть до трансформации значимой группы/сообщества. Успешная работа психолога с клиентом (который, как оказалось, может и хочет претендовать на новое место) должна существенно скорректировать социальную ситуацию в бизнес-компании: поддержать идею начальства по расширению производства, подбора работоспособного коллектива, снижения вероятности нарушения дисциплины, коррупции и т. п.

Экологичное действие, по истине, может включать в себя целую палитру как условно негативных, так и условно позитивных состояний. Клиент искренне испытывает негативные переживания только от одного воспоминания о тяжелом периоде в своей прежней работе. В тоже время он осознает, что экстремальная ситуация вынуждала его прибегать к радикальным мерам. Психолог, фиксируя данный факт, приходит к осознанию, что имеет дело с новой ситуацией, новым контекстом анализа, а именно с необходимостью освоения нового психологического пространства, при этом, не как наказания, а известного поощрения (со стороны начальника). В результате происходит подвижка в развитии клиента («тезис -антитезис - синтез»).

Положение кодекса об известной открытости и конгруэнтности психолога перед клиентом дополняется его желанием корректировать свою позицию в отношении смыслов, выражаемых клиентом. Зачастую это проявляется в активном и эмпатийном слушании клиента. Вместе с тем, мы убеждены, что выступать в качестве «идеального рефлектирующего зеркала» для клиента не всегда представляется возможным. Высказать клиенту свое пусть и ошибочное мнение, дать неточную интерпретацию имеет и свои положительные стороны: неудачное понимание клиента, дает возможность, заняв более гибкую позицию, скорректировать собственное психологическое направление работы, а также осознать необходимость совместной работы с клиентом:

«Пс.: Может быть, поэтому ваш начальник берет вас на новое место и заранее знает, что у вас получится? Или он вас всё же плохо знает? А может он просто безразличен к собственному новому начинанию и ему все равно, кто будет на этом месте?»

Кл.: Нет. Он меня всегда ценил за то, что я - порядочный человек и никогда не стану воровать. В моих руках деньги надежно сохраняются, а со временем я их начинаю еще и приращивать...»

Реплика «нет» от клиента зачастую является не просто проявлением сопротивления его в работе с психологом, но – свидетельством наличия у клиента собственной, отличной от психологической, «программы» дальнейшей работы. Принять ее серьезно - важный шаг для построения конструктивной совместной работы. Данное утверждение, по сути, соответствует содержанию еще одного положения кодекса экологичности об отказе от прямого управления ситуацией и о переходе на недирективное, коллективное («клиент-проблема-психолог») управление ситуацией.

Его содержание мы фиксируем в следующем понимании: специалист, равно как и клиент со всеми их связями, представляют собой открытую самоорганизующуюся и саморазвивающуюся экосистему связанных и взаимно обусловленных элементов, которые непрерывно, спонтанно и необратимо стремятся к новым возможностям своего развития и функционирования. Задача психолога, равно как клиента, содействовать этому процессу - каждый по-своему. Данный процесс может иметь свойство «восхождения к уникальности сложившейся ситуации»: зачастую вопрос не в том, «чтобы "поднять" клиента, а в том, чтобы «подняться» самому до уровня клиента, осознав его внутреннюю стратегию выхода». Критическими моментами такого восхождения может быть толерирование неопределенности, открытая и конгруэнтная коммуникация, доверие себе и клиенту как равноправным субъектам общего процесса, опора на индивидуальные и социальные ресурсы саморегуляции.

Примером реализации положения кодекса о «позитивной конфронтации», в процессе которой выражается сомнение в ограниченности ресурса клиента или ресурсов совместной работы психолога и клиента, может служить следующая иллюстрация из вышеприведенного протокола:

«Пс.: Позвольте спросить у вас: раз это сугубо ваше желание и вы сами перед собой ставите такую, так сказать, развивающую цель, то на чем основан ваш оптимизм? Откуда вы знаете, что административное управление обязательно дает преимущества в бизнесе? Может быть вы где-то про это слышали или в вашей жизни был период, когда вы сами проявляли признаки командного управления?»

Зачастую клиент, самым фактом обращения к специалисту, поведением, приходом демонстрирует позитивную программу, которая задана в подсознании и проявляется в его поведении, но не в словах, не в рассказе о ситуации. Именно на этом и основан вопрос о перспективности и оптимизме клиента.

Выводы. В данной статье нами была предпринята попытка построить психологическую интерпретацию принципа экологичности. Данная интерпретация реализована в двух аспектах: традиционном («не навреди») и недефицитарном /профицитарном или экологичном в собственном смысле слова.

Традиционное понимание принципа экологичности как «не навреди», скорее всего, имеет отношение к директивным формам оказания помощи и именно в этом контексте является адекватным.

Профицитарное понимание экологичности ассоциируется нами с экосистемными и экофасилитативными процессами их самоорганизации, а также оказания помощи субъектам внутри этих социальных экосистем. Обозначенная выше логика анализа принципа экологичности легла в основу составленного нами кодекса экологичности и способа его реализации в рамках уже существующей экофасилитативной концепции личностного изменения. Его автор выражает надежду, что данный кодекс экологичности может быть использован другими специалистами, работающими в сферах коммуникации и помощи.

Литература

1. Гусев А. И. К вопросу о видах толерантности к неопределенности. // Наукові записки інституту психології імені Г. С. Костюка АПН України / За ред. академіка С. Д. Максименка. К.: Міленіум, 2006. - Вип 30. – С. 54 – 63.
2. Ительсон Л.Б. Лекции по психологии / Л. Ительсон. – Часть II. – Владимир. – 1972. – 596 с.
3. Лушин П.В. Об экологичности психологического воздействия: экофасилитативный подход / П.Лушин // Практическая психология и социальная работа. - №6. – 2010. – С. 7- 9.
4. Лушин П.В. Экопсихологические голограммы и «лушинизмы» / П.Лушин . - Киев: Мелосвіт, 2011. – 48 С.
5. Лушин П.В. Личностные изменения как процесс: теория и практика. – Одесса: Аспект, 2005.- 334 с.
6. Лушин П.В. О психологии человека в переходный период (Как выживать, когда все рушится). – Киев: «Науковий світ», 2007. – 207 с.
7. Пригожин И., Стенгерс И. Порядок из хаоса: Новый диалог человека с природой. – М.: Прогресс, 1986. – 432 с.
8. Bertalanffy, L. General System theory (rev. ed.). – New York: Braziller, 1968. – 645 p.
9. Elliot, R. Shapiro, D.A., Firth–Cozen, J., Stiles, W.B., Hardy G.E., Llewelyn, S.P. Margison F.R. Comprehensive process analysis of insight events in cognitive–behavioral and psychodynamic–interpersonal psychotherapies // Journal of Counselling Psychology. – 1994. – Vol. 41. – № 4. – P. 449–463.
10. Graves, Clare W. Levels of Existence: An Open System Theory of Values //The Journal of Humanistic Psychology, Fall 1970, Vol. 10. No. 2, pp. 131–154.
11. Экологичность// <http://ru.wikipedia.org/wiki/Экологичность>.