



Руководство по этическим принципам для практики в рамках позитивной психологии

Аарон Жарден · Тэйяб Рашид · Аннализ Роуч · Тим Ломас · Наталья Задыкян
Наталья Цветкова



Содержание

| | |
|--|----|
| Введение..... | 4 |
| Преамбула..... | 4 |
| Профессиональные организации и этические рекомендации для практики позитивной психологии..... | 5 |
| Наши ориентиры..... | 5 |
| Для кого это руководство? | 5 |
| Предварительный характер руководящих принципов..... | 6 |
| Ключевые понятия..... | 6 |
| Раздел первый: ценности, сильные стороны и принцип..... | 9 |
| Ценности практиков в сфере позитивной психологии (ценности ППС)..... | 10 |
| Сильные стороны практиков позитивной психологии..... | 11 |
| Этические принципы практики позитивной психологии..... | 12 |
| Раздел второй: применение этических принципов на практике..... | 15 |
| Три важных соображения..... | 15 |
| Этическое принятие решений..... | 15 |
| Рабочие соображения..... | 16 |
| Изменения в клиентах..... | 16 |
| Изменения в окружающей среде..... | 16 |
| Текущее эмоциональное состояние и уровень благосостояния..... | 17 |
| /Избегание..... | 17 |
| Силовые различия..... | 18 |
| Злоупотребление сильными качествами..... | 18 |
| Практическая мудрость..... | 18 |
| Поддержание устойчивости и меры против выгорания..... | 19 |
| Заявление об образовании и компетентности..... | 19 |
| Оценка важности культурного контекста..... | 20 |
| Решение этических дилемм – пошаговое руководство..... | 21 |
| Руководство по самооценке..... | 23 |
| Раздел третий: Примеры этической практики..... | 24 |
| Пример 1: Культурный – применение ППВ с культурной чувствительностью. | 24 |
| Пример 2: Коучинг – коучинг клиентов в изменяющихся обстоятельствах..... | 25 |

| | |
|---|----|
| Пример 3: Клинический – работа с травмой..... | 26 |
| Пример 4: Организационный – давление с целью искажения данных..... | 27 |
| Пример 5: Наставничество – мотивация «сопротивляющихся» участников несбалансированных отношений..... | 28 |
| Пример 6: Образование – осуществление программ повышения благополучия в ситуациях, где им препятствует существующая практика..... | 29 |
| Релевантные Руководства..... | 30 |
| Благодарности..... | 31 |
| Организации, первыми подписавшие Руководство по этическим принципам для практики позитивной психологии..... | 32 |
| Список использованной литературы..... | 33 |
| Список литературы, рекомендованной для дальнейшего чтения..... | 34 |

Заявление. Данные методические рекомендации являются результатом совместной работы независимой рабочей группы, возглавляемой Аароном Джарденом, Тайябом Рашидом, Аннализ Роуч и Тимом Ломасом. Выработанные рекомендации не зависят от какой-либо организации или ассоциации. Тем не менее, необходимо отметить, что в их разработку было вовлечено множество мнений, так же как и в первую попытку их усовершенствования. Авторы намерены каждые два года обновлять эти рекомендации для их дальнейшего совершенствования в плане их глубины и широты функциональности. В этой связи мы приветствуем отзывы профессионального сообщества по адресу aaron.jarden@unimelb.edu.au

Введение

Предисловие

Этическое совершенство, возможно, является утопическим идеалом, поскольку люди, включая практиков позитивной психологии (ППС), подвержены ошибкам, уязвимы и несовершенны. Сложности современной жизни, такие как постоянно растущий объем жизни в цифровом пространстве, неустойчивое изменение климата, миграционные кризисы, развивающаяся идентичность и усиливающаяся экономическая поляризация повышают уязвимость людей. В этих условиях довольно трудно предлагать психологические услуги, особенно с целью восстановления или улучшения самочувствия, не имея конкурентоспособных приоритетов и этических дилемм. Ни один свод этических принципов, стандартов или даже законов не может полностью охватить весь спектр человеческих сложностей. Тем не менее, набор общих ценностей, личных сильных сторон и принципов может направить нас к принятию более этически взвешенных решений, особенно когда мы используем позитивные психологические вмешательства (ППВ), которые, в целом, направлены на улучшение благополучия людей.

Это руководство содержит а) ценности, б) сильные стороны и в) принципы позитивной психологии. Важно отметить, что «руководящие принципы» обычно находятся в более широких рамках, которые будут варьироваться в зависимости от контекста и юрисдикции. Например, руководящие принципы могут находиться в нижней части предписывающей иерархии, так, как изображено ниже на рисунке 1.



Рисунок 1. Рекомендации и более широкие рамки (руководства; стандарты; коды практики; правила; акты).

Таким образом, важно рассмотреть руководящие принципы наряду с другими соответствующими структурами. Кроме того, хотя физическое лицо или организация могут одобрить эти руководящие принципы для «практики позитивной психологии», в некоторых странах называть себя «позитивным психологом» может быть незаконно с юридической точки зрения - пожалуйста, помните об ограничениях и требованиях того места, где вы находитесь и практикуете.

Профессиональные организации и этические рекомендации для практики позитивной психологии

Если практикующий специалист является членом соответствующей профессиональной организации (например, Американской психологической ассоциации, Австралийского психологического общества, Международной Федерации тренеров), то информировать их о стандартах, кодексе или руководящих принципах будут, прежде всего, их ассоциации. Мы ожидаем, что когда практикующие специалисты являются членами организации по лицензированию или учетным данным (например, Колледж психологов), с надлежащим образованием, обучением и опытом работы в области психологии или смежных областях, то такие специалисты-практики, следовательно, знакомы с правилами, стандартами, правилами, статусом и процедурами практической работы в психологии в пределах своей юрисдикции.

Представленные здесь этические руководящие принципы для практики позитивной психологии призваны дополнить, а не заменить существующие юридические / профессиональные кодексы и руководства. Приводимые нами руководящие принципы обеспечивают основу для специалистов-практиков, которые не связаны с какой-либо профессиональной организацией.

Наши ориентиры

В чем цель разработки набора этических принципов? Эти руководящие принципы направлены на повышение этики практической работы с помощью демонстрации приверженности научным обоснованиям и следующей этим обоснованиям практике в области позитивной психологии (ПП). Они нацелены на то, чтобы вселить стремление сохранить верность науке о благополучии, а практикующим специалистам рассмотреть соответствующие руководящие принципы для самопрезентации и маркетинга потенциальных выгод.

В руководящих принципах делается попытка донести до ППС и других лиц более четкое понимание того, что является этически обоснованной практикой позитивной психологии. Ожидается, что с помощью таких руководящих принципов будет продемонстрирована приверженность таким аспектам, как¹:

- a) внимательно изучать исследования и строить практику на научной основе;
- b) постоянно обновлять свои знания путем постоянного обучения и профессионального развития;
- c) тщательное и точное информирование о пределах знаний, связанных с ПП, а также о потенциальных преимуществах и недостатках конкретных ПП и программ благосостояния; а также
- d) мониторинг благосостояния, а также положительных и отрицательных изменений в благосостоянии их клиентов во время предоставления услуг.

Для кого это руководство?

Цель этого руководства, содержащего основные этические принципы, состоит в том, чтобы обеспечить оптимальную этическую практику в сфере позитивной психологии и

¹ Мы выбрали четыре примера, чтобы продемонстрировать такого рода аспекты, однако необходимо отметить, что этот перечень может быть продолжен.

при этом действовать благотворно (приносить пользу людям) и не причинять вреда (чтобы избежать потенциального вреда для других). Как таковые, эти рекомендации предназначены для профессионалов (например, психологов) и других (например, студентов или тех, у кого нет связей с профессиональными организациями), которые предоставляют позитивную психологию или используют знания из области позитивной психологии в своей практике. Это не руководство по использованию или разработке определенных техник позитивной психологии.

Предварительный характер руководящих принципов

Мы отмечаем, что нынешние руководящие принципы (версия 1.0, 19 июля 2019 года) являются предварительными и подлежат постоянному пересмотру каждые два года в рамках итеративного консультативного процесса с ключевыми заинтересованными сторонами. Такая регулярность нужна для того, чтобы руководящие принципы учитывали контекстуальные изменения и отражали постоянно меняющиеся местные и глобальные темы. В этой связи мы в любое время приветствуем отзывы о руководящих принципах, изложенных здесь.

Также важно отметить, что только англоговорящие, в основном западные страны, оказали влияние на разработку этих руководящих принципов, и, как таковые, руководящие принципы ограничены такими границами. Однако, поскольку это живой растущий документ, идентифицируемый по номеру версии, есть надежда, что в будущих версиях будет также учтено влияние кодов и руководств не англоязычных и незападных стран.

Ключевые понятия

Клиент

Специалисты-практики работают с клиентами. «Клиент» - это общий термин, используемый для обозначения получателя любых услуг, таких как (однако, не ограничиваясь) отдельное лицо, пара, семья, группа, организация, спонсор или другая конкретная социальная единица.

Кодекс в сравнении с руководящими принципами

Кодекс обычно имеет юридические или иные обязательные последствия, в то время как руководящие принципы предполагают лучшую практику, которая обычно не «регламентирована» или «контролируется». Руководящие принципы по своей природе подразумевают, что обстоятельства различны и сложны, и что следование руководящим принципам часто требует от практиков применять практическую мудрость - это сочетание опыта и здравого смысла.

ПП: Позитивная психология.

Существует много способов концептуализации и определения ПП, но большинство практических действий обычно позиционируют ее как научное учение и продвижение всеобъемлющих понятий, таких как «счастье», «благополучие», «процветание» и «преуспевание». Например, Ломас, Хефферон и Ивцан (2015, стр. 1347) определяют ПП как «науку и практику улучшения самочувствия». В связи с этим существует понятие «прикладной позитивной психологии», которое можно просто интерпретировать как применение ПП в реальных условиях. в том числе через ППВ (позитивное психологическое вмешательство).

ППВ: позитивное психологическое вмешательство.

В литературе существует разграничение между «вмешательством позитивной психологии» и «позитивным психологическим вмешательством» - для описания и объяснения см. Hone, Jarden и Schofield (2015). Здесь мы включаем более широкое понятие позитивного психологического вмешательства, которое охватывает все виды деятельности во многих дисциплинах (в том числе из других областей психологии в дополнение к ПП), направленное на повышение психологического благополучия. Одно из популярных определений позитивного психологического вмешательства: «Позитивное психологическое вмешательство способствует положительным эмоциям, поведению и/или мыслям, тем самым повышая благополучие человека или группы» (Schueller, Kashdan, & Parks, 2014, p. 92).

ППС: специалист-практик в области позитивной психологии

Специалист-практик в области позитивной психологии. Это практикующий специалист, который прошел необходимое обучение для практической работы (например, психотерапию, консультирование, коучинг), а также принял участие в специальном тренинге по ПП, организованном авторитетным провайдером в области тренингового обучения, позволяющим понять процесс научных исследований в области ПП и его применение в прикладной позитивной психологии (например, ППВ)².

Сильные стороны

Как правило, этические руководящие принципы и кодексы поддерживают конкретные желаемые личностные характеристики, произвольно выбранные лидерами данной конкретной области.

Для предлагаемого методического руководства мы использовали работу Петерсона и Селигмана «Сильные стороны и желательные ценности» (Peterson & Seligman, 2004), которая описывает совокупность эмпирически подтвержденных в кросс-культурных исследованиях наиболее сильных сторон и предпочтительных ценностей практикующих консультантов (McGrath, 2014).

Согласно этой работе, сильные стороны личности определяются как универсальные черты, которые оцениваются сами по себе и не обязательно приводят к позитивным результатам. Это, скорее, такие поведенческие черты, которые позволяют человеку вести себя в духе ответственности и соблюдения этики для благополучия их собственного и окружающих. Сильные стороны характера, в широком смысле, отражают то, кем является человек (т.е. его характер), а ценности отражают то, к чему человек привержен (т.е. его принципы и действия).

Специалист-практик

² Кто может назвать себя ППС? Пока что нет четкого разграничения в отношении количества и качества необходимой подготовки или квалификации. Например, можно ли считать себя ППС на основе 2-дневного курса, 6-месячного аккредитованного сертификата или 2-летней программы магистратуры в области прикладной позитивной психологии? Кроме того, идеальным является надзорная практика (например, надзорный и индивидуальный надзор) и онлайн-консультации. Профессиональные органы в этой области нуждаются в дополнительном руководстве относительно соответствующей подготовки и надзора (и, действительно, такие вопросы уже рассматриваются и рассматриваются соответствующими сторонами).

Термин «специалист-практик» обычно используется для обозначения любого лица, ответственного за предоставление услуг, связанных с ПП. Этот термин обозначает любого специалиста, выполняющего роль (-и), такую как (но не ограничиваясь) консультант, психотерапевт, специалист по психическому здоровью, коуч, инструктор, наставник или педагог.³

Принципы

Принципы обращают внимание на важные этические обязанности. Действия следуют из определенных принципов.

Ценности

Ценности - это убеждения, которых придерживаются отдельные лица и которые разделяют группы, объединенные желаемыми целями (т.е. более широкими представлениями о мире и о том, как он должен быть устроен). Ценности выходят за рамки конкретных ситуаций. Они определяют, как мы выбираем свои действия, как оцениваем других людей и самих себя. Ценности структурированы относительно их важности (Schwartz, 2006). Ценности могут представлять собой важный способ выражения общей этической приверженности, которая становится более точной и ориентированной на действия, когда выражается в качестве принципа. Другими словами, ценности определяют принципы. В этом общем смысле, ценности, изложенные в этих руководящих принципах, – это те, которые авторы определили как общие для сообщества ПП.

³ Этические принципы, содержащиеся в данном методическом руководстве, могут в равной степени применяться к исследователям благополучия, где исследователи могут считаться практиками в одном смысле, работая с субъектами, которых можно считать схожими с клиентами.

Раздел первый: ценности, сильные стороны и принципы

Этические руководящие принципы для практики позитивной психологии включают в себя следующие ценности, сильные стороны и принципы. Как ценности, так и сильные стороны поддерживают принятие этических принципов, как показано в таблице 1.

Таблица 1

Ценности, сильные стороны и принципы практики позитивной психологии

| Ценности ⁴ | Сильные стороны ⁵ | Принципы |
|---|------------------------------|---------------------------------------|
| 1. Защита безопасности клиентов и др. | 1. Честность | 1. Полезность / непричинение вреда. |
| 2. Облегчить личный дистресс и страдания. | 2. Справедливость | 2. Ответственная забота |
| 3. Обеспечение целостности отношений между практиком и клиентом. | 3. Социальный интеллект. | 3. Уважение прав и достоинства людей. |
| 4. Уважение разнообразие человеческого опыта и культуры. | 4. Работа в команде. | 4. Надежность |
| 5. Воспитание чувства собственного достоинства. Доброжелательность. 5. | 5. Доброжелательность. | 5. Справедливость. |
| 6. Повышение качества профессиональных знаний и их применение. | | 6. Автономия. |
| 7. Повышение качества отношений между людьми. | 7. Перспектива. | |
| 8. Повышение личной эффективности. | 8. Умение принимать решения. | |
| 9. Стремление к справедливому и адекватному предоставлению консультационных, психотерапевтических и тренерских услуг. | 9. Саморегуляция. | |
| | 10. Настойчивость. | |
| | 11. Смелость. | |

⁴ Наши ценности были выбраны на основе других аналогичных руководств, и, как таковые, многие из ценностей могут вписываться в разные категории. Например, справедливость может восприниматься как ценность или как принцип. Надежность может восприниматься как сила (честность), ценность или как принцип. Следовательно, многие из этих конструкций спорны. Ценности также были ранжированы по предполагаемой важности, согласно авторам руководства.

⁵ Сильные стороны 1-7 ранжируются по тому, как часто они упоминались и подчеркивались в 10 аналогичных этических кодексах (например, этическая основа Британской ассоциации консультирования и психотерапии для надлежащей практики консультирования и психотерапии). Сильные стороны 8-11, авторы считают важным поддерживать шесть принципов.

Дополнение.

- Почти все ранее разрабатывавшиеся профессиональные кодексы предусматривают описание ряда личных качеств; в отличие от них данное методическое руководство фокусируется на сильных сторонах специалиста-практика и наблюдаемом поведении.
- Перечень ценностей, сильных сторон и принципов ни в коем случае не является исчерпывающим, а, скорее, представляет собой самую первую попытку описания того, что в настоящее время воспринимается как наиболее уместное для практики. Поскольку методические принципы с течением времени будут уточняться в результате активного обсуждения в сообществе ПП, ожидается, что эти элементы будут развиваться.
- Списки ценностей, сильных сторон и принципов также не являются предписывающими.
- Была выбрана модель сильных сторон (структура «Ценности в действии»), которая наиболее часто описана в литературе и опирается на научные исследования.

Ценности практиков в сфере позитивной психологии (ценности ППС).

К фундаментальным ценностям ППС относятся следующие ценности:

- Защита безопасности клиентов и других людей, что включает в себя поддержание постоянного внимания в отношении того, как клиент реагирует на предоставляемые услуги. Кроме того, это означает необходимость признания ограниченности своих возможностей и опыта (и, следовательно, признание того, что клиенту может потребоваться профессиональная помощь специалистов из других областей, а также особое внимание к ситуациям, которые могут представлять опасность для общества).
- Уменьшение уровня личных переживаний и страданий относительно того, что находится в пределах компетенции ППС. Это означает необходимость оказания помощи для уменьшения страдания людей, которые обращаются за услугами в различных профессиональных контекстах (например, терапия, коучинг, здравоохранение).
- Обеспечение целостности отношений между практиком и клиентом. Это включает в себя соблюдение личных границ и сохранение приверженности профессиональным этическим принципам, таким как конфиденциальность и сохранение права клиента на частную информацию.
- Уважение разнообразия человеческого опыта и культур. Это означает, что ППС не применяет систему «один размер подходит всем» для своих клиентов, а действует из уважения и реального восхищения разнообразными уникальными путями развития людей, а также контекстуальными и культурными традициями.
- Воспитание чувства собственного достоинства, повышение самооценки лиц, обратившихся к ППС. Это означает, что человек развивает и преследует цели, которые не только приносят пользу ему самому, но и способствуют большему благополучию.
- Повышение качества профессиональных знаний и способов их применения. Это означает, что нужно делать все возможное, чтобы быть в курсе последних событий,

информации в литературе и постоянно обновлять знания о достижениях в этой области.

- Улучшение качества отношений между людьми. Это означает, что признавая наличие неизбежных социальных взаимоотношений между людьми, необходимо стремиться помочь человеку максимально укрепить эти связи.
- Повышение личной эффективности. Это означает стремление помочь клиенту действовать более эффективно в мире и в уникальных ситуациях, в которых он оказался.
- Стремление к справедливому и адекватному предоставлению услуг ПП. Это может включать продвижение услуг для труднодоступных групп населения или, где это возможно, продвижение структуры ценообразования, при которой люди с меньшими средствами все же могут пользоваться услугами.

Сильные стороны практиков позитивной психологии

Личные сильные стороны специалиста, практикующего позитивную психологию, важны, потому что они влияют на отношения специалиста-практика и клиента. Многие из сильных сторон, которые считаются жизненно важными в предоставлении услуг, рассматриваются как хорошие личные качества. Неуместно предписывать, чтобы все практикующие обладали этими сильными сторонами, поскольку крайне важно, чтобы эти личные сильные стороны были глубоко укоренены в соответствующем человеке и развивались из личной приверженности, а не из требований внешнего авторитета.

Тематический анализ принципов и ценностей, поддерживаемых основными руководящими принципами (см. Раздел «Соответствующие руководящие принципы»), показал, что следующие сильные стороны характера подразумеваются необходимыми для содействия этической практике и принятию решений:

- Честность: говорить правду; представлять себя искренне и действовать искренне; быть без претенциозности; брать на себя ответственность за свои чувства и поступки.
- Справедливость: относиться ко всем людям одинаково в соответствии с принципами честности и справедливости; не позволяя принимать решения о других людях на основе чувства личной предвзятости и, давая всем равные возможности.
- Социальный интеллект: осознавать мотивы и чувства других людей; знать, что нужно делать, чтобы соответствовать различным социальным ситуациям; знать, что предпринять, чтобы успокоить других людей.
- Командная работа: работа в качестве члена группы или команды; быть лояльным к группе, делая свою часть работы.
- Доброта: делать добрые дела; помогать людям; заботиться о них.
- Благоразумие: быть осторожным в выборе; не предпринимать неоправданные риски; не говорить или не делать то, о чем впоследствии возможно будете сожалеть.
- Перспектива: способность дать мудрый совет другим; уметь взглянуть на мир и увидеть смысл для себя и других людей.
- Взвешенность суждений: продумывать шаги и исследовать их со всех сторон; не спешить с выводами; полагаться только на убедительные доказательства для принятия решений; иметь возможность изменить свое мнение.

- Саморегуляция: уметь регулировать свои чувства и действия; быть дисциплинированным; контролировать свои желания и эмоции.
- Настойчивость: завершать начатое своевременно; не отвлекаться в работе; получать удовлетворение от выполнения задач.
- Храбрость: быть смелым человеком, который не боится угроз, вызовов, трудностей или боли; высказываться за то, что правильно, даже если есть оппозиция; действуя по убеждениям.

Этические принципы практики позитивной психологии

Каждый из шести этических принципов, описанных ниже, сопровождается примерами из практики, проведенной в соответствии с этим принципом. Этические решения, которые решительно поддерживаются одним или несколькими из этих принципов, без какого-либо противоречия со стороны других, могут рассматриваться как имеющие сильное моральное обоснование. Однако практикующие специалисты, скорее всего, столкнутся с обстоятельствами, при которых невозможно согласовать все применимые принципы, и может потребоваться выбор между принципами. Решение или программа действий не обязательно становятся неэтичными только потому, что они спорны, или другие практики пришли бы к другим выводам в аналогичных обстоятельствах. Обязанность практикующего специалиста состоит в том, чтобы рассматривать все соответствующие обстоятельства с максимально возможной тщательностью и нести соответствующую ответственность за принятые решения.

Полезность / ненанесение вреда

Полезность включает в себя обязательство содействовать благополучию и клиента, и специалиста. Принцип полезности означает необходимость действовать максимально в интересах клиента, основываясь на профессиональной оценке. Этот принцип направляет внимание специалиста на работу строго в пределах своей компетенции и на предоставление услуг на основе адекватного обучения или опыта. Чтобы обеспечить максимальное удовлетворение интересов клиента, необходим систематический мониторинг практики и ее результатов (например, благополучия) наилучшими доступными средствами. Важно, чтобы практикующие специалисты были информированы о научных исследованиях и результатах систематической рефлексии. В зависимости от роли специалиста и контекста ситуации обычно существует обязанность предпринять шаги для повышения качества предоставляемых услуг и взять на себя обязательство обновлять практику путем непрерывного профессионального развития. Обязательство действовать в интересах клиента может стать первостепенным при работе с клиентами, чья способность к автономии уменьшается из-за возраста, незрелости, недостатка понимания, проблем или других значительных ограничений.

С другой стороны, ненанесение вреда подразумевает стремление избежать вреда для клиента. Практикующие специалисты, которые принимают этот принцип:

- избегают сексуальной, финансовой, эмоциональной или любой другой формы эксплуатации клиента;
- избегают некомпетентности (т.е. правильно применяют ППВ, зная, что для кого подходит), злоупотреблений служебным положением;
- не предоставляют услуги, если они не в состоянии это сделать из-за болезни, личных обстоятельств или опьянения.

Практикующий специалист ПП несет этическую ответственность, стремясь смягчить любой вред, причиненный клиенту, даже если вред неизбежен или непреднамерен. Практикующие специалисты ПП несут личную и профессиональную ответственность за оспаривание, в случае необходимости, некомпетентности или злоупотреблений со стороны других людей. Они также несут ответственность за участие в любом расследовании и/или вынесении судебного решения соответствующим признанным органом в отношении профессиональной практики, которая не соответствует практике компетентного практика и/или рискует дискредитировать их профессию или позитивную психологию.

Ответственная забота

Практика ПП способствует благополучию клиентов. Следуя этой цели, специалисты, практикующие позитивную психологию и принимающие этот принцип, проявляют активную заботу о благополучии тех, с кем они работают, и признают те социальные структуры и инстанции, которые определяют их роль в качестве ППС. Специалисты несут основную ответственность за защиту благосостояния тех, с кем они работают. Они признают, что отдельные лица, семьи, группы или сообщества могут оказаться в уязвимом положении. Они также признают границы своей компетенции (включая отсутствие знаний) и обращаются к другим специалистам, когда это необходимо. Они также принимают на себя ответственность и исправляют любой вред, который может возникнуть в результате оказания ими услуг. Также ожидается, что ППС будут проявлять активный и постоянный интерес к эмпирическим и теоретическим разработкам в своей области, гарантируя, что они будут постоянно обновлять знания о фактических данных, касающихся методов позитивной психологии, которые они внедряют.

Уважение прав и достоинства людей

В соответствии со Всеобщей декларацией прав человека Организации Объединенных Наций, уважение достоинства людей и их прав требует, чтобы каждый человек и все народы были оценены по достоинству в своих собственных правах, чтобы их права были признаны и уважаемы, чтобы каждому народу было оказано уважение, поскольку каждый народ – часть человечества. Специалисты, практикующие позитивную психологию и принимающие этот принцип, проявляют уважение, которое требует учета культурного и социального разнообразия. Это включает в себя признание различий между людьми, связанных с их культурой, национальностью, этнической принадлежностью, цветом кожи, расой, религией, полом, семейным положением, сексуальной ориентацией, физическими или умственными способностями, возрастом, социально-экономическим статусом и/или любыми другими личными характеристиками, состоянием или статусом. Такие различия являются неотъемлемой частью личности и должны уважаться.

Надежность

Надежность подразумевает уважение к доверию, которое оказано специалисту. Надежность считается основополагающим фактором для понимания и решения этических вопросов. Специалисты, которые придерживаются этого принципа:

- действуют в соответствии с оказанным им доверием;
- стремятся к тому, чтобы ожидания клиентов соответствовали разумным перспективам;

- соблюдают свои договоренности и обещания;
- рассматривают конфиденциальность как обязательство, вытекающее из доверия клиента;
- ограничивают любое раскрытие конфиденциальной информации о клиентах для достижения целей, для которых она была первоначально раскрыта, за исключением обязательного раскрытия (например, закон в определенной сфере полномочий требует такого раскрытия).

Справедливость

Справедливость предполагает честное и беспристрастное отношение ко всем клиентам и предоставление адекватных услуг. Принцип справедливости требует, чтобы практикующие, которые принимают этот принцип, были справедливыми и честными по отношению ко всем клиентам и уважали их права и достоинство. Он указывает на добросовестное рассмотрение любых юридических требований и обязательств, и на внимательное отношение к потенциальным конфликтам между правовыми и этическими обязательствами. Справедливость в оказании услуг требует умения беспристрастно предоставлять и распределять услуги между клиентами. Стремление к справедливости требует умения ценить различия между людьми и приверженности к равенству возможностей и результатов, а также недопущения дискриминации людей или групп на основе их личных или социальных характеристик. Другими словами, справедливость предполагает, что несправедливая дискриминация, основанная на определенных характеристиках (например, пол или возраст), не проявляется. Специалисты обязаны стремиться к обеспечению справедливого предоставления услуг, которые доступны и соответствуют потребностям потенциальных клиентов.

Автономия

Автономия предполагает уважение права клиента на самоуправление. Этот принцип подчеркивает важность развития способности клиента к самоуправлению в рамках оказываемых услуг, а также во всех аспектах жизни. Принцип автономии противодействует манипулированию клиентами против их воли, даже для выгодных социальных результатов. Специалисты, уважающие автономию своих клиентов:

- обеспечивают точность любой рекламы или информации, предоставленной до предлагаемых услуг;
- на протяжении всего взаимодействия стремятся к согласованности на основе предоставления адекватной информации
- подчеркивают значимость добровольного участия в предлагаемых услугах;
- участвуют в разъяснении контракта до выполнения любых обязательств со стороны клиента и пересматривают условия этого контракта на протяжении всего взаимодействия;
- не раскрывают личную информацию;
- оберегают конфиденциальность;
- обычно раскрывают любую конфиденциальную информацию с согласия заинтересованного лица;
- информируют клиента о предполагаемых конфликтах интересов заранее или, как можно скорее после того, как подобные конфликты становятся очевидными.

Раздел второй: применение этических принципов на практике

Этот раздел содержит некоторые указания и примеры для контекстного применения этих этических принципов. Содержание предназначено для углубления мышления, а также предоставляет полезные инструменты и руководство по самооценке для решения и поддержки принятия этических решений на практике.

Три важных соображения

Прежде чем применять какие-либо конкретные ППВ, следует определить и оценить следующие три важных фактора, которые являются краеугольным камнем наилучшей практики (Barlow, Allen & Choate, 2004):

1. Соответствует ли ППВ данной ситуации? В этом можно убедиться, просмотрев соответствующую литературу и опубликованные данные из надежных источников. Например, перед тем, как конкретная ППВ будет применена для благодарности, проверьте, существуют ли опубликованные доказательства того, что данная ППВ является подходящим средством для данного клиента.
2. Соответствует ли эта ППВ потребностям клиента?
3. Как будет оцениваться эффективность ППВ? Другими словами, какой конкретный результат может быть обозначен и достоверно оценен для определения эффективности ППВ?

Этическое принятие решений

Этическому принятию решений может способствовать: обладание достаточными знаниями данных этических принципов и принципов соответствующей профессии, знание морально-этического поведения других людей и применение личных сильных сторон при принятии решений.

Знания: Мы думаем, что те, кто прежде всего используют эти принципы, а именно ППС с соответствующим образованием, обучением и опытом работы в области психологии или смежных областях, знакомы с ними и могут описать их и любые этические принципы, касающиеся их профессии и должности. В большинстве случаев в сфере полномочий подчеркивается, что практикующие специалисты должны быть знакомы с соответствующими правилами, стандартами, правилами, положениями и процедурами.

Поведение: этическое поведение, особенно при проведении ППВ, не может просто опираться на когнитивные знания. Этическое поведение должно быть тесно связано с коллективным поведением и практикой. Можете ли вы выделить в своих профессиональных кругах тех людей, которые демонстрируют образцовые этические практики? Хотя ваши коллеги могут явно не выделять подобные практики из-за своей скромности, мы рекомендуем вам конкретно спросить ваших коллег и более широкий профессиональный круг (региональные или международные организации), каким образом они придерживаются этических стандартов в вашей области. Сбор случаев передовой практики будет полезен для рефлексии по отношению к собственному поведению. Со сбором достаточного количества случаев, вероятно, проявятся превосходные образцы. В идеале практики создадут доступный центр, который смогут обогащать другие специалисты.

Использование сильных качеств для принятия этических решений: Сильные качества могут быть полезны в принятии этических решений несколькими способами. Например, выявление примеров сильных качеств может помочь с принятием этических решений. Найдите коллегу, который представляет собой образец для подражания в этическом поведении. Подумайте, как он справился с конкретной этической дилеммой или ситуацией, или, в более широком смысле, какие конкретные сильные качества он воплощает в повседневном общении с коллегами и клиентами, которые стоит моделировать, и они помогут вам в принятии решений.

Рабочие соображения

При работе с клиентами следует учитывать ряд факторов, которые могут иметь непосредственные и важные этические последствия. В частности, целесообразно учитывать: изменения в клиентах, изменения в обстановке, в которой находятся ППС и клиенты, текущее эмоциональное состояние и уровень благополучия клиентов и ППС, склонность клиентов к избеганию, различия в уровне отношений, злоупотребление сильными качествами, практическую мудрость, ситуацию с образованием и компетентностью, а также важность меняющихся культурных контекстов. Принятие во внимание этих аспектов может помочь смягчить, предвидеть или предотвратить непреднамеренные и неприятные последствия.

Изменения в клиентах

При оказании любых психологических услуг важно наблюдать за психологическим благополучием клиентов на протяжении всего курса лечения или интервенции. Состояние некоторых клиентов ухудшается, несмотря на продемонстрированную эффективность ППВ. Симптомы могут ухудшиться по любому количеству причин, делая клиентов уязвимыми. Необязательно, что клиент будет делиться этой информацией со специалистом, возможно, потому, что ему может быть стыдно, он боится или не решается разочаровать специалиста, который работает над повышением его благополучия. Чаще всего в центре внимания ППВ находится не устранение симптомов, а, скорее, повышение уровня благополучия. Важным является мониторинг меняющихся обстоятельств в жизни клиентов, а также калибровка ППВ в соответствии с этими изменениями. Например, если клиент переживает разрыв отношений или теряет свою работу, важно, чтобы практикующий специалист смог уделить внимание этим изменениям и оценить их влияние. Практикующие специалисты должны быть готовы приостановить происходящий в настоящее время ППВ и скорректировать свой подход в соответствии с предъявленными и текущими потребностями или направить к другому специалисту в случае необходимости. Невыполнение этого требования может негативно повлиять на сотрудничество, которое возможно не удастся восстановить.

Изменения в окружающей среде

Помимо учета изменений внутри клиентов, важно учитывать среду, в которую включены и клиенты, и специалисты. В качестве примера возьмем ППС, который также является клиницистом. Современные клиницисты работают в очень сложных, быстро меняющихся и напряженных условиях, которые отличаются такими проблемами, как недостаток научно обоснованных программ лечения, отсутствие культурной компетенции, а также хронические и сложные потребности клиентов, влияющие на различные сферы их жизни. Учитывая эти проблемы, рассмотрим клиентов, которые:

- возможно, потеряли работу или важные контракты, или не получили достойного продвижения по службе только потому, что они не подходят команде;
- возможно, недавно получили диагноз серьезного заболевания;
- имеют дело с предательством или другими видами плохого обращения со стороны своего партнера;
- испытывают дискриминацию;
- подвергаются разрушительным природным явлениям, таким как наводнение, лесные пожары, или таким глобальным проблемам, как голод.

Подумайте, как эти проблемы могут повлиять на клиентов, и определите способы их лечения. Эти случаи представляют собой множество различных проблем, которые необходимо рассматривать и решать по-разному, учитывая нормы и стандарты профессии, с которой человек связан. Поэтому важно, чтобы предлагая ППВ, ППС узнавали о своих клиентах, об их окружении, а также о недавних или текущих изменениях в их обстоятельствах. Специалисты также должны знать о проблемах в их собственной рабочей среде. Это может включать административные мнения, которые могут привести к изменениям в способах обслуживания – например, новый директор может поддержать или противостоять определенным ППВ или может отдать предпочтение другому подходу к лечению (например, нейро-лингвистическому программированию, терапии на основе осознанности, терапии принятия обязательств). Изменения могут оказывать прямое или косвенное влияние на практику ППВ, в том числе с этической точки зрения.

Текущее эмоциональное состояние и уровень благополучия

Предлагая ППВ, важно оценивать изменения в клиентах, их текущем эмоциональном состоянии и в уровне их благополучия. Важно, чтобы ППС практиковали в рамках своей компетенции и подготовки. Клиентов, которые имеют проблемы, связанные с психопатологией (т.е. депрессией, тревожностью, травмой), следует направлять к специалисту с соответствующей квалификацией и опытом. Если такие проблемы отсутствуют в начале рабочих отношений, ППС должен быть бдительным, поскольку такие проблемы могут проявиться у клиента во время ППВ, и быть готовым направить клиента к достаточно квалифицированному специалисту для оказания помощи. В идеале, специалисту следует обсудить с клиентом, проконсультироваться с коллегами и соответствующими экспертами, чтобы выяснить, каким может быть подходящий срок для продолжения ППВ в таком случае.

Избегание

Избегание – это один из самых распространенных механизмов, с помощью которых люди справляются с негативными эмоциями. Здоровая психологическая жизнь предполагает осознанность и адаптивное использование полного эмоционального спектра. Некоторые клиенты, нуждающиеся в ППВ и просящие их, могут избегать более глубоких негативных эмоций из-за своего дискомфорта и могут желать ППВ в надежде, что те рассеют их негативные эмоции или будут их сдерживать.

Примерами источников негативных эмоций являются воспоминания о горьком расставании или разводе, предательстве со стороны верного друга, возмущение из-за то, что они стали жертвами дискриминации, и что кто-то или какое-либо учреждение подвергают их несправедливому или предвзятому обращению. Один из способов определения избегания состоит в обращении внимания на негативные эмоции, которые

возвращаются в разговорах, несмотря на то, что они не обсуждаются явно (т.е. эмоции, постоянно беспокоящие клиентов, все же намеренно не обсуждаются).

Несмотря на то, что ППВ открывают новые возможности, доказывая, что положительные эмоции и сильные черты характера могут улучшать и исправлять негативные состояния (Rashid & Seligman, 2018), это происходит только в том случае, если данные состояния значимо интегрированы в лечение. Если клиенты или специалисты избегают сильных негативных эмоций, эффективность лечения может быть поставлена под угрозу.

Силовые различия

Одной из наиболее существенных особенностей любого психологического взаимодействия специалиста и клиента, присущей их отношениям, является динамика силы, особенно, разница в её мощности. Терапевты, консультанты, социальные работники и другие подобные специалисты обычно знают об этом различии. Поэтому они стремятся создать безопасное, непредвзятое, конфиденциальное и доброжелательное пространство, в котором клиенты не чувствуют себя просто пассивными получателями предписанных услуг. Тем не менее, природа транзакций между специалистом и клиентом такова, что практикующий специалист неизбежно воспринимается как эксперт. Клиенты, как правило, смотрят на них снизу вверх, как на обладающих самыми современными знаниями, обучением и опытом в предоставлении ППВ. Следовательно, перепад мощности всегда есть. Специалист должен знать об этой разнице и должен избегать любых ситуаций, когда он или клиент, должны будут принимать решение, на которое может повлиять дифференциал мощности.

Злоупотребление сильными качествами

Недостаточное или чрезмерное использование практик, основанных на сильных качествах, может обострить существующие проблемы. Например, в различных контекстах коучинга, предложение клиентам быть более осторожными может привести к тому, что некоторые станут более беспокойными или нерешительными. Если клиенты, упражняющиеся в прощении, не задумываются о том, когда и кого прощать, то они могут игнорировать правонарушения, которые, если их не останавливать или не учитывать, могут причинить вред другим. Клиентам, чрезмерно занимающимся творчеством, может оказаться сложным придерживаться норм или правил, которые способствуют справедливости и равным возможностям. Клиенты, приверженные принятию справедливых решений на рабочем месте, могут столкнуться с трудностью примирения с противоположной реальностью, которая существует в той же сфере (например, примириться с тем, что хорошо образованный и хорошо осведомленный человек может принимать неразумные решения).

Практическая мудрость

Специалисты нуждаются в том, что философ Аристотель назвал «фонезисом», т.е. практической мудростью, чтобы применять эти принципы. Например, рассмотрим практикующего специалиста, работающего с руководителем высокого уровня, с которым у него сложились прекрасные отношения и который также добился очень хороших результатов в своей работе. Тем не менее, специалист узнает, что руководитель вовлечен в неэтичное поведение. Должен ли специалист сохранять прочные отношения или противостоять руководителю, ставя под риск эти отношения? Единого набора принципов может быть недостаточно. Специалисту нужно разобраться в ситуации и

сбалансировать конкурирующие мотивы. В таких случаях практическая мудрость строится как на накопленном опыте, так и на хороших отношениях с коллегами, которые могут проконсультировать и помочь с этическими соображениями.

Поддержание устойчивости и меры против выгорания

Ряд концепций ПП может противодействовать выгоранию специалиста. Позитивные эмоции (например, надежда, безмятежность, радость, интерес и благоговение) могут расширить внимание, а также когнитивные и поведенческие ресурсы практикующего, которые могут выступать в качестве буфера против такой уязвимости, как симптомы выгорания (например, эмоциональное истощение). Личные практики, такие как осознанность, также могут помочь в этом отношении. Межличностные сильные качества (например, социальный интеллект, доброта, любовь, юмор, ощущение цели и смысла, а также работа в команде) могут помочь справиться с такими проблемами, как деперсонализация (состояние, в котором мысли и чувства кажутся нереальными или не принадлежащими самому себе). Точно так же ощущение цели и смысла может восстановить личное чувство деперсонализации.

Заявление об образовании и компетентности

Специалисты должны заявлять о пределах своей компетентности в отношении конкретных психологических состояний, конкретных групп (например, работа с детьми, с представителями других культур, с группами) и конкретных ППВ. Например, практикующий специалист может иметь опыт в оценке сильных качеств у взрослых, но не иметь опыта в оценке сильных сторон у детей или подростков.

Более того, по мере продолжения предоставления услуг, они могут перемещаться в области, в которых специалист имеет более поверхностный опыт или квалификацию.

Например, в то время как практик может иметь опыт и квалификацию для оказания услуг детям, подросткам и взрослым, он может не иметь опыта или квалификации для предоставления таких услуг в контексте семейной обстановки, и в этом случае может понадобиться перенаправление или другие виды поддержки.

Кроме того, практикующие специалисты должны заявить об образовательной подготовке и соответствующем опыте, на которых основаны предоставляемые ими услуги.

Например, практикующий специалист имеет шестимесячный сертификат, который включает недельное личное взаимодействие, а остальной курс пройден в режиме онлайн. Сертификат не признается муниципальным, региональным или местным органом по выдаче лицензий. На веб-сайте практикующего специалиста говорится, что он является «сертифицированным специалистом позитивной психологии». У них нет никаких других профессиональных дипломов. Это этично?

Важно четко информировать ваших клиентов о характере, сфере и ограничениях вашего профессионального образования, практики и полномочиях, выходящих за рамки вашей экспертизы.

Оценка важности культурного контекста

Принятие этических решений не должно основываться только на осознании, знании или когнитивном понимании. Решения также должны отражать наилучшие имеющиеся и соответствующие признаки и условия культурного контекста. Культурный контекст имеет решающее значение при предоставлении ППВ, потому что понимание того, что является нормальным, хорошим или применимым, определяется ценностями, поддерживаемыми культурой и социальным контекстом, в которых возникает проблема или дилемма.

Кроме того, культуры и социальные нормы различаются в том, как распознаются, выражаются или усиливаются определенные эмоции. Следовательно, важно, чтобы принципы для этической практики ППВ основывались на таких данных.

Представленные здесь этические принципы достаточно широки, чтобы приспособить их к культурному контексту, но в то же время достаточно тонки, чтобы учитывать индивидуальные различия и потребности. Такая интеграция признаков, включающих культурные и индивидуальные факторы, может быть простой или легко доступной.

Хотя такая интеграция может не дать идеального пути, процесса или результата в этическом плане, если люди стремятся к этическому совершенству, коллективная мудрость помогает им ориентироваться в возникающих случаях. Создается новое, прокладываются новые пути, и в конечном итоге совершенство может быть достигнуто. Следовательно, структура этих принципов имеет решающее значение для закрепления мышления и действий человека. Эти рекомендации также служат для оценки степени, в которой действия человека являются близкими или далекими от этического совершенства.

Решение этических дилемм - пошаговое руководство

Хотя невозможно полностью защититься от путаницы в этических дилеммах, следующие шаги, в значительной степени адаптированные из «Этики в психологии» (Koocher & Keith-Spiegel, 1998), наряду с другими источниками, помогут практикующему специалисту принять правильные этические решения:

- Практикуйте в соответствии со всеми законами, правилами и стандартами профессиональной практики, поведения и принципами, как это предусмотрено соответствующим органом по выдаче лицензий вашей юрисдикции. Такая информация поможет специалисту разобраться с этическими дилеммами.
- Получить точное представление о том, как одно и то же событие может отличаться от человека к человеку. Проконсультируйтесь с тем, кому вы доверяете и кто беспристрастен, не является ли данная проблема этической дилеммой с серьезными последствиями. Обсудите с коллегами, чтобы понять, является ли то, что вы происходит, этическим нарушением, просто плохой профессиональной этикой или ситуацией, которая наносит вред вам или другим.
- Просмотрите уже опубликованные соответствующие принципы, правила и стандарты. Убедитесь, что вы правильно их понимаете, а при необходимости обратитесь за советом. Письменные рекомендации иногда абстрактны и не ясны, с достаточным пространством для субъективной интерпретации.
- Соберите всю соответствующую лучшую информацию, какую можете. Определите имеющиеся пробелы в информации и задокументируйте факты и проблемы.
- Объедините всю информацию в процессе размышления и проконсультируйтесь с тем, кто хорошо информирован, не предубежден и не боится указать на потенциальные недостатки практикующего специалиста.
- Оцените, как применяются шесть этических принципов данного руководства (т.е. полезность/непричинение вреда, ответственная забота, уважение прав и достоинства людей, надежность, справедливость, автономия). Например, оцените права, обязанности и уязвимость всех участников.
- Обдумайте несколько решений и оцените каждое из них максимально объективно.
- Подумайте, какие сильные стороны характера могут помочь вам принять самое верное этическое решение. Можете ли вы обратиться к своему более глубокому чувству справедливости, честности или доброты? Возможно, необходима ваша храбрость, чтобы мотивировать вас «поступить правильно»? Помните, что этические решения требуют применения нескольких сильных черт характера, используемых оптимально и в комбинации, а не только одной черты изолированно или одной черты, «используемой многократно» (Niemiec, 2018).
- Визуализируйте результат ваших действий или бездействия.
- Перед принятием решения подумайте о том, какое влияние это окажет на вас, всех других участников, и какие возможны систематические последствия. Также подумайте о том, какая поддержка может вам понадобиться, чтобы придерживаться вашего решения.
- Преобразуйте свое решение в конкретные действия, которые действительно отражают дух вашего решения. Ряд действий может явиться отражением вашего решения. Выберите действия, которые точно и обоснованно отражают ваше

решение, измеримы, связаны с желаемыми результатами и причиняют наименьшее неудобство или ущерб тем, кто не вовлечен непосредственно.

Руководство по самооценке

В данном разделе изложены вопросы для специалистов, которые необходимо обдумать с тем, чтобы избежать этических дилемм и обеспечить наилучшую практику.

Соответствие ППВ: Прежде всего, на основании наилучших фактических данных, решите, подходит ли конкретное ППВ (например, журнал благодарности, использование определенных сильных черт, упражнение на прощение) для клиента, учитывая его проблемы, обстоятельства и мотивацию для лечения.

Сроки ППВ: Какие шаги вы предпринимаете, чтобы решить, когда будет необходимо ППВ: 1) в начале предоставления услуг, 2) когда ППВ уже началось? При каких условиях вы рассматриваете одновременное или альтернативное обслуживание или лечение?

Осознание своего психического здоровья. Насколько вы осведомлены о своем психическом здоровье? Будучи практикующим специалистом, вы не застрахованы от симптомов психических заболеваний, которые могут перейти в клиническую область. Какие шаги или действия вы обычно предпринимаете, чтобы позаботиться о своем психическом здоровье с целью оптимального обслуживания своих клиентов? С какими препятствиями вы сталкиваетесь, заботясь о себе: нехватка времени и ресурсов, чувство или уверенность в том, что с вами все в порядке, доступ к нужным и соответствующим специалистам, которые могут позаботиться о вашем психическом здоровье?

Обязательная отчетность: насколько вы чувствуете себя комфортно, принимая меры по отношению к клиенту, который, возможно, хорошо реагирует на ППВ, но при этом желает конфиденциальности, непреднамеренно сообщив об инциденте (недавнем или в прошлом) или настоящей ситуации, в которую, например, вовлечены ребенок или жестокое обращение с пожилыми людьми, сексуальное насилие или непосредственная угроза безопасности кого-либо? Если вы не практикуете в соответствии с кодексом или руководящими принципами профессиональной организации, есть ли у вас законное требование отчитываться?

Преувеличение и обобщение. Вы встречаете на конференции того, кто увлечен ППВ и приглашает вас посетить семинар, который он предлагает. Вы посещаете этот семинар, который построен на нескольких занятиях, с которыми вы достаточно хорошо знакомы. Результаты, применение и обобщенность исследований представлены в преувеличенном виде. Большинство участников считают презентацию «преобразующей» и, похоже, верят полученным результатам. Что бы вы сделали? Можете ли вы использовать действия, описанные в разделе «Решение этических дилемм», чтобы руководствоваться ими в такой ситуации?

Раздел третий: примеры из этической практики

Следующие случаи являются примерами, которые могут быть представлены на практике и имеют этический компонент, соответствующий данным этическим принципам.⁶

Пример 1: Культурный - применение ППВ с учетом культурных особенностей

Этические решения должны отражать наилучшие данные в условиях культурного контекста. Рассмотрим следующий эпизод.

Сюзанна - австралийский специалист, работающий с клиенткой из Восточной Азии. Клиент хочет самосовершенствоваться и сохранить семейные отношения. Сюзанна решает использовать упражнение «Лучшая возможная версия меня». Сюзанна следует всем указаниям, чтобы провести клиентку через это упражнение. Почему-то, несмотря на значительные улучшения в себе, клиентка сообщает, что ее отношения с семьей ухудшились. Как следствие этого, никаких существенных улучшений в благополучии клиента не было обнаружено при повторной онлайн оценке.

В данном эпизоде важным является рассмотрение концепции самости, которая варьируется от культуры к культуре. Сюзанна следует концепции саморазвития, часто ассоциируемой с Западом, которая включает в себя личностный рост и принятие новых и в значительной степени индивидуальных инициатив.

Саморазвитие в восточных (и в большинстве незападных) культурах, напротив, предполагает относительно больший акцент на инвестирование в отношения, на улучшение социального взаимодействия и на содействие сохранению семейных, групповых и племенных традиций. Несмотря на растущее культурное разнообразие в большинстве мегаполисов, наиболее существенные культурные различия все еще сохраняются. Важным следствием этих различий является то, что клиентка в этом эпизоде может извлечь выгоду из понимания того, как она может использовать сильные стороны своего характера, чтобы принести пользу своей семье или установить с ней более глубокие связи.

Сюзанна может использовать интервенцию с сильными сторонами характера «Обратите свои сильные стороны на других» или «Понимание своих сильных сторон» (Niemiec, 2018), в которых ее клиентка учится превращать свои лучшие внутренние качества в механизмы построения отношений, которые приносят пользу другим, и отдает предпочтение умению признавать и ценить членов семьи за их лучшие качества.

Это также может быть тот случай, когда саморазвитие, поддерживаемое близкими людьми, может привести к глубокому и устойчивому повышению благополучия. Однако, во взаимозависимой культуре саморазвитие, которое, очевидно, вовлекает близких членов семьи, также требует умения управлять более сложными взаимодействиями в течение более длительного периода времени. В отличие от этого, упражнение «Лучшая версия меня», которая направлена на улучшение сильных индивидуальных качеств или

⁶ Мы благодарны следующим лицам, которые предоставили эти случаи: случаи 1 и 3 - Тайяб Рашид, случай 2 - Анализ Роуч, случай 4 - Стюарт Дональдсон, случай 5 - Мэттью Ясиелло и случай 6 - Дениз Куинлан.

проявление новой инициативы, может потребовать относительно более короткого периода. Следовательно, крайне важно, чтобы ППС думали, как наилучшим образом адаптировать их упражнения к культурным условиям.

Следующие этические аспекты являются примерами, относящимися к вышеуказанному случаю:

- Ответственная забота - ППС должен стараться заботиться о клиенте, учитывая особенности ситуации клиента и его происхождение.
- Полезность/ непричинение вреда - ППС обязан не причинять вреда.
- Уважение прав и достоинства людей – ППС несет ответственность за чуткое понимание межкультурной динамики и уважение к взглядам и потребностям клиента по ситуации.

Пример 2: Коучинг - коучинг клиентов в меняющихся обстоятельствах

Этические дилеммы могут возникнуть неожиданно и потребовать корректировки в предоставлении услуг. Рассмотрим следующий эпизод.

Аманда пришла на тренерскую работу, потому что она чувствовала недостаток понимания направления и смысла в жизни. Раньше она придавала большое значение карьерному росту, но теперь чувствовала, что ей нужно искать более сбалансированный подход к жизни, и, кроме того, она чувствовала себя грустной и несчастной, потому что она не достигла большего в жизни (вне карьерного роста). Во время первой вводной встречи она определила несколько областей, на которых она хотела бы сосредоточиться, включая управление финансами (с целью покупки дома), личностное развитие и увеличение времени для развлечений и общения. Она упомянула, что ее нынешняя работа была сложной и что она постарается изменить это в будущем, однако это не было целью коучинга в данное время. На первых двух сеансах были сформулированы цели и были выяснены этапы действий, был достигнут прогресс в том направлении, которое она указала как важное, и коучинг хорошо продвигался. Однако в начале четвертого сеанса Аманда заявила, что ее ситуация на работе резко ухудшилась, и она уволилась, уже найдя новую работу. Увольнение не было хорошо принято, и Аманда чувствовала себя обеспокоенной и очень эмоциональной на своей работе, где она должна была отработать четыре недели до увольнения. Она говорит, что чувство, вызванное реакцией ее менеджера на ее увольнение, вызывает воспоминания о подобных эмоциональных конфронтациях в ее юности.

На этом этапе коучу было необходимо поддержать ее способность саморегуляции и не делать импульсивных предложений из-за увеличения стрессоров Аманды. Затем коуч мог использовать такую черту как любопытство, чтобы понять, как Аманда хотела действовать в ближайшем будущем, и быть открытой для изменения внимания работы в течение сеанса /сеансов.

Также может быть важным понимание основы для эмоциональной реакции Аманды, чтобы определить, является ли коучинг безопасным и подходящим средством для ее текущих потребностей. В то время как коуч, возможно, заключил контракт с Амандой на определенное количество сеансов, изменения в ситуации клиента должны давать понятие о подходящем продвижении вперед.

Следующие этические аспекты являются примерами, относящимися к вышеуказанному случаю:

- Ответственная забота - коуч несет основную ответственность за то, чтобы быть добрым и справедливым с целью обеспечения благополучия Аманды и признания границ своей компетенции.
- Автономность - здесь коуч мог сосредоточиться на развитии способности Аманды самостоятельно определиться с предоставлением услуг и во всех аспектах жизни, а также пересматривать/вносить изменения в условия своего контракта на протяжении всей совместной работы.
- Полезность/непричинение вреда - Коуч, действующий в наилучших интересах Аманды и основывающийся на профессиональной оценке, должен осознавать, что ему следует работать строго в пределах своей компетенции, и предоставлять услуги на основе своего адекватного обучения и опыта.

Пример 3: Клинический - работа с травмой

Большинство людей, которые испытывают травму, бывают ошеломлены многими культурными нюансами, в особенности, если они работают над ППВ. У них могут развиваться обширные механизмы, позволяющие избегать мыслей, воспоминаний или поведения, которое может быть связано с их травмой.

Предлагая ППВ, важно понять и оценить такую травму (в прошлом и / или настоящую). Не сводя к минимуму и не отвергая ее значения, практикующий специалист должен вмешаться, если он компетентен, а если нет, то сделать своевременное направление. Специалист также должен быть бдительным на случай, если травма проявиться во время работы клиента с ППВ. Практикующий специалист должен обсудить с клиентом и проконсультироваться с коллегами и соответствующими экспертами, чтобы определить, какими могут быть правильные сроки для продолжения ППВ в таком случае. Рассмотрим следующий эпизод.

21-летняя Сальма имеет долгую историю физического, эмоционального и сексуального насилия. Она ищет помощь от постоянной депрессии. Она ожидает, что терапевт конкретно будет расспрашивать ее о травмирующих событиях ее жизни. Вместо этого ей дают короткую анкету, которая не включает никакие вопросы о текущей или прошлой травме. На консультациях Сальма понимает, что ей не нравится консультант, и решает не раскрывать подробности своей травмы. Таким образом, лечение эффективно лишь поверхностно, и ей назначают новый курс лечения через шесть месяцев.

Как показывает вышеприведенный случай, важно прямо задать вопрос о травме (хотя это требует большой чуткости а, возможно, и клинической подготовки). В зависимости от взаимопонимания, некоторые клиенты будут явно задавать наводящие вопросы и обращаться за советом, предложениями, стратегиями для преодоления трудностей или ресурсами, соответствующими их культуре.

Важно, чтобы во время работы с ППВ и появлением подробностей недавней или старой травмы, практикующий специалист реагировал соответственно потребностям клиента. Прежде всего, специалист должен быть достаточно квалифицированным, обученным и опытным в соответствии с ситуацией.

Практикующие специалисты должны регулярно использовать такие сильные стороны, как скромность и благоразумие/осторожность, периодически проверяя, должны ли они продолжать оказывать услуги или, наоборот, клиенту будет лучше с кем-то более опытным, кто предоставит совет, навыки и стратегии, в которых нуждаются клиенты или просят их.

Следующие этические аспекты являются примерами, относящимися к вышеуказанному случаю:

- Ответственная забота - ППС несет ответственность за заботу о Сальме, учитывая особенности ее ситуации и истории.
- Полезность / непричинение вреда - ППС несет ответственность за то, чтобы не причинить Сальме дальнейший вред, и за ее благополучие.

Пример 4: Организационный - давление с целью искажения данных

Много работы и вмешательств в организациях осуществляются для определения их эффективности. Этические дилеммы могут возникнуть неожиданно, когда клиенты не принимают результаты и заставляют практикующих специалистов пропускать или искажать оценочные данные. Рассмотрите следующий эпизод и обратите внимание на то, как недооцениваются некоторые сильные стороны характера, включая честность/целостность, перспектива/мудрость, лидерство и скромность.

Компания N наняла практикующего специалиста для улучшения морального состояния и производительности сотрудников. В обсуждении с руководством компании специалист решила организовать программу обучения для увеличения психологического багажа сотрудников (надежды, эффективности, устойчивости и оптимизма). Оценочные данные показали, что сотрудникам понравилось обучение и они хотели бы больше позитивно- психологического обучения в будущем. Однако, данные показали, что не было существенных различий в уровнях надежды, эффективности, устойчивости, оптимизма, морального состояния и производительности между сотрудниками, которые были случайно выбраны для участия в тренинге, и сотрудниками в группе для сравнения. Руководители компании были довольны, что их сотрудникам понравился тренинг, и не захотели, чтобы те увидели разочаровывающие оценочные результаты. Вместо этого они попросили специалиста сообщить, что обучение прошло очень успешно, и что в будущем сотрудникам будет предоставлено больше подобного обучения.

Следующие этические аспекты являются примерами, относящимися к вышеуказанному случаю:

- Автономность – здесь у специалиста отнимают свободу действий.
- Полезность/непричинение вреда. Благожелательность подразумевает обязательство содействовать благополучию клиента, и этот уровень обмана, пропагандируемый руководителями компании, не отвечает интересам сотрудников. К тому же, благожелательные действия требуют предоставления услуг на основе адекватного обучения или опыта.

- Надежность - здесь специалиста-практика просят преувеличить и обобщить эффективность ППВ, что не соответствует доверию, оказанному практикующему специалисту сотруниками.

Пример 5: Наставничество - мотивация «сопротивляющихся» участников несбалансированных отношений

Часто те, кто больше всего сопротивляется интервенциям, может извлечь наибольшую пользу. ППС сталкиваются с трудной ситуацией, когда пытаются мотивировать или убедить клиента принять участие в интервенции для его же пользы без каких-либо манипуляций. Рассмотрим следующий эпизод.

Эбби, кейс-менеджер в молодежном агентстве, имеет клиента, который отказывается участвовать во групповом ППВ. Фасилитатор ППВ попросил Эбби мотивировать ее клиента принять участие в тренинге и убедить его в преимуществах этой интервенции. Эбби соглашается со своей коллегой, что вмешательство будет очень полезным для клиента. Эбби знает, что отношение и поведение ее клиента часто приводит к тому, что он исключается из интервенций, которые могут оказаться полезными, и решает изменить отношение клиента к участию. Эбби установила доверительные отношения наставника с клиентом и не желает ставить под угрозу свою честность и предавать доверие клиента, слепо «продавая» интервенцию участнику или давая обещания, которые не будут выполнены. Она предпочитает скромно описать результативность интервенции, и работает со своим клиентом, взвешивая затраты и выгоды от участия. Она с любопытством задает своему клиенту вопросы о плюсах и минусах участия во вмешательстве и о том, как можно использовать его сильные стороны в групповой работе. Затем Эбби помогает своему клиенту определить стратегии, позволяющие минимизировать затраты для участия, и они пробуют малоинтенсивные варианты интервенции и сильные стороны клиента до работы в группе.

Эбби уверена, что ее клиент извлечет пользу из участия в интервенции, и не хочет, чтобы он вновь остался исключенным. Точно так же она не хочет предавать его доверие или автономию. Эбби хочет сделать вызов своей клиентке и помочь ей приобрести новые впечатления, но боится, что неэтичные манипуляции могут привести к негативным последствиям для ее участницы и в конечном итоге нанести ущерб их с трудом установленных отношений. Вместо того, чтобы перехваливать или преувеличивать преимущества участия, Эбби пытается понять отношение клиентки к интервенции, делает вызов ее когнитивным искажениям и создает возможности для показа преимуществ тренинга в сеансе безопасного кейс-менеджмента.

Следующие этические аспекты являются примерами, относящимися к вышеуказанному случаю:

- Справедливость - ППС несет ответственность за то, чтобы клиенты не были исключены из интервенций на основании своей особенности.
- Надежность - ППС использует доверительные отношения с клиентом, чтобы побудить клиента оценить свои взгляды и убеждения, но и не предаст это доверие.

- Автономность - ППС уважает решение своего клиента и не решается манипулировать им.

Пример 6: Образование - реализация программ благополучия, когда существующая практика препятствует стремлениям

Многие школы хотят использовать программы благополучия. Однако они могут делать это по ряду причин: от заботы о благополучии учеников через решение таких проблем, как буллинг (издевательства в школе), до совершенствования и без того сильных практик. Кроме того, наличие программы школьного благополучия может также рассматриваться для некоторых школ как маркетинговая возможность и их отличительная черта.

Рассмотрим следующий пример.

Директор школы попросил сотрудника разработать стратегию благополучия и план для принятия Правлением школы, а затем быстро развернуть ключевые элементы. Директор школы хотел сказать будущим родителям, что их дети получают пользу от подробного обучения благополучию в школьной программе. На всех учителей были возложены обязанности по обучению благополучию, хотя персонал в этой области очень мало профессионально подготовили. Многие сотрудники испытывали стресс и чувствовали себя неподготовленными к этому обучению, а также к дополнительной нагрузке, которую оно представляло.

Консультант был приглашен на полдня, чтобы провести занятие по повышению квалификации сотрудников. Некоторые учителя выразили консультанту обеспокоенность тем, что они опасаются, что могут нанести вред своим ученикам, поскольку они плохо разбираются и не имеют никакой подготовки в этой области.

Кроме того, консультант ознакомился с маркетингом школы, который рекламирует ее работу по обеспечению благосостояния (например, описание школы как поддерживающую целостное благополучие персонала и учащихся и обеспечение благополучия в каждом случае). Консультант знает, что школа продолжает применять политику карательной дисциплины, которая подрывает отношения между учащимися и сотрудниками, игнорируя научные доказательства преимуществ в практике осознания и прощения.

Учитель среднего звена, на которого возложена ответственность за реализацию программы благосостояния, рассказал консультанту об этих проблемах. Учитель не хочет поднимать этот вопрос перед руководством школы, так как раньше эта группа припугнула его, когда он высказывал подобную озабоченность. В том случае их лояльность к школе была поставлена под вопрос, и их пригодность продолжать работать в качестве учителей была поставлена под сомнение.

Следующие этические аспекты являются примерами, относящимися к вышеуказанному случаю:

- Полезность / непричинение вреда – ППС несет ответственность не за то, чтобы однозначно или без критики утверждать, что школа является «школой благополучия», если он знает, что школьная практика подрывает благополучие.

- Автономность - учитель не должен чувствовать себя вынужденным принимать точку зрения или позицию, которая противоречит его собственному мнению или ценностям.

Релевантные Руководства

Следующие указания (организованные по конкретным областям и в алфавитном порядке внутри области) были разработаны и помогли в разработке данных практических принципов:

Психологические:

- Австралия - Психология - Австралийское психологическое общество (APS), Кодекс этики (2017).
- Австралия - консультирование и психотерапия - Федерация психотерапии и консультирования Австралии (PACFA), Временный кодекс этики (2015).
- Канада - Психология - Канадская ассоциация психологии (CPA), Канадский кодекс этики для психологов (2017).
- Новая Зеландия - Психология - Психологическое общество Новой Зеландии (NZPS), Кодекс этики для психологов (2012, 4-е издание).
- Соединенное Королевство - консультирование и психотерапия - Британская ассоциация консультирования и психотерапии (BACP), «Этические рамки надлежащей практики в консультировании и психотерапии» (2010).
- Соединенные Штаты Америки - Психология - Американская психологическая ассоциация (АПА), Этические принципы психологов и Кодекс поведения (2017).
- Соединенные Штаты Америки - консультирование - Американская ассоциация консультантов (ACA), Кодекс этики (2014).

Уход за больными:

- Австралия - Уход за больными - Совет по уходу за больными и акушерству Австралии: Кодекс этики для медсестер (2008).
- Новая Зеландия - Уход за больными - Совет по уходу за больными Новой Зеландии (NCNZ), Кодекс поведения по уходу за больными (2012).
- Великобритания - Уход за больными - Совет по уходу за больными и акушерству (NMC), Кодекс для медсестер и акушерок (2015).

Коучинг:

- Международный - Коучинг - Международная федерация коучей (ICF): Основные компетенции и Кодекс этики (2015).

Благодарности

Следующие люди, перечисленные в алфавитном порядке, значительно помогли, внесли существенный вклад и дали обратную связь в разработку данных принципов:

- Доцент Аарон Джарден, университет Мельбурна, Австралия.
- г-н Эндрю Александра, университет Мельбурна, Австралия.
- Аннализ Роуч, Оклендский технологический университет, Новая Зеландия.
- Доктор Дэн Вейерс, Университет Вайкато, Гамильтон, Новая Зеландия.
- Д-р Дениз Куинлан, Новозеландский институт благополучия и устойчивости, Новая Зеландия.
- Профессор Дайан Велла-Бродрик, университет Мельбурна, Австралия.
- Жизель Тиммерман, Позитивная работа, Соединенные Штаты Америки.
- Хейн Зегерс, Европейская сеть позитивной психологии.
- Д-р Хелена Агеда Маружо, Высший институт социальной науки и политики (Школа социальных и политических наук), Лиссабонский университет, Португалия.
- Профессор Джеймс Павельски, Университет Пенсильвании, Соединенные Штаты Америки.
- Доктор Джо Митчелл, The Mind Room, Мельбурн, Австралия.
- Доктор Джоэл Милам, Университет Южной Калифорнии, США.
- Д-р Джуди Москович, Медицинский факультет Северо-Западного университета им. Файнберга, Соединенные Штаты Америки.
- Доцент Карена Берк, Университет центрального Квинсленда, Австралия.
- Лиза Сансом, LVS Consulting, Канада.
- Маргарита Таррагона, Позитиваменте, Мексика.
- Мэтью Ясиелло, Центр благополучия и устойчивости, САМПИ, Австралия.
- Д-р Мохсен Джошанлу, Университет Кеймён, Южная Корея.
- Реб Ребеле, университет Мельбурна, Австралия.
- Д-р Рона Харт, бывший директор MAPP Университета Восточного Лондона, Англия.
- Д-р Райан Немец, Институт ВИА по характеру.
- Скотт Асалоне, ASGMC Inc, США.
- Саймон Мюррей, Ассоциация школ позитивного образования, Австралия.
- Профессор Стюарт Дональдсон, Университет аспирантов Клермонта, Соединенные Штаты Америки.
- Сью Лэнгли, The Langley Group, Австралия.
- Доктор Сьюзи Грин, Институт позитивности, Австралия.
- Д-р Тайяб Рашид, Университет Торонто Скарборо, Канада.
- Доктор Тим Ломас, Университет Восточного Лондона, Англия.

Организации, первыми подписавшие этические руководящие принципы для практики позитивной психологии

| <i>Дата первого подписания принципов</i> | <i>Подписанная версия</i> | <i>Название и веб-сайт ассоциации или организации</i> | <i>Логотип</i> |
|--|---------------------------|---|---|
| 19 / июль / 2019 | 1.0 | <ul style="list-style-type: none"> • Институт ВИА по характеру http://www.viacharacter.org/www/ |  |
| 19 / июль / 2019 | 1.0 | <ul style="list-style-type: none"> • Центр позитивной психологии, Мельбурнский университет • https://education.unimelb.edu.au/cpp |  |
| 19 / июль / 2019 | 1.0 | <ul style="list-style-type: none"> • Центр позитивной психологии, Университет Восточного Лондона • https://www.uel.ac.uk/postgraduate/msc-applied-positive-psychology-and-coaching-psychology |  |
| 19 / июль / 2019 | 1.0 | <ul style="list-style-type: none"> • Центр позитивной психологии, Университет Центрального Квинсленда • https://www.cqu.edu.au/courses/study-areas/psychology,-social-work-and-community-services/postgraduate/master-of-applied-positive-psychology |  |
| 19 / июль / 2019 | 1.0 | <ul style="list-style-type: none"> • Центр Ценностей Клермонта, Университет аспирантов Клермонта, США. • https://research.cgu.edu/claremont-evaluation-center/ |  |
| 19 / июль / 2019 | 1.0 | <ul style="list-style-type: none"> • Центр благополучия и устойчивости, Аделаида, Австралия • https://www.wellbeingandresilience.com/ |  |
| 19 / июль / 2019 | 1.0 | <ul style="list-style-type: none"> • The Langley Group • https://langleygroup.com.au/ |  |
| 19 / июль / 2019 | 1.0 | <ul style="list-style-type: none"> * Новозеландский институт благополучия и устойчивости, www.nziwr.co.nz |  |
| 19 / июль / 2019 | 1.0 | <ul style="list-style-type: none"> • Ассоциация психологов Центральной Азии, Подразделение 1 Позитивная психология |  |
| 19 / июль / 2019 | 1.0 | <ul style="list-style-type: none"> • Человечность • www.humanshiplb.org |  |
| 19 / июль / 2019 | 1.0 | <ul style="list-style-type: none"> • Иранский конгресс позитивной психологии |  |
| 19 / июль / 2019 | 1.0 | <ul style="list-style-type: none"> • Японское общество психологии позитивного здоровья • http://jphrp.jp/ |  |

АВТОРЫ

Аарон Джарден

Университет Мельбурна, Австралия

aaron.jarden@unimelb.edu.au

Тайяб Рашид,

Университет Торонто Скарборо, Канада

Аннализ Роуч

Оклендский технологический университет, Новая Зеландия

Доктор Тим Ломас,

Университет Восточного Лондона, Великобритания

Наталья Задыкян

Университет Восточного Лондона, Великобритания

Наталья Цветкова

Московский педагогический государственный университет, Россия

Хронология публикации

Опубликовано 11 ноября 2019

Список использованной литературы

Barlow, D. H., Allen, L. B., & Choate, M. L. (2004). Toward a unified treatment for emotional disorders. *Behavior Therapy, 35*(2), 205-230.

Hone, L., Jarden, A., & Schofield, G. (2015). An evaluation of positive psychology intervention effectiveness trials using the re-aim framework: A practice-friendly review. *Journal of Positive Psychology, 10*(4), 303-322.

Koocher, G. P. & Keith-Spiegel, P. (1998). *Ethics in psychology: Professional standards and cases*. New York, NY: Oxford University Press.

Lomas, T., Hefferon, K., & Ivtzan, I. (2015). The LIFE model: A meta-theoretical conceptual map for applied positive psychology. *Journal of Happiness Studies, 16*(5), 1347-1364. <https://doi.org/10.1007/s10902-014-9563-y>

McGrath, R. E. (2014). Character strengths in 75 nations: An update. *Journal of Positive Psychology, 10*(1), 1-11. <https://doi.org/10.1080/17439760.2014.888580>

- Niemiec, R. M. (2018). *Character strengths interventions: A field-guide for practitioners*. Boston: Hogrefe.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. New York, NY: Oxford University Press.
- Rashid, T. & Seligman, M. E. P. (2018). *Positive psychotherapy: Clinician manual*. Oxford, England: Oxford University Press.
- Schueller, S. M., Kashdan, T. B., & Parks, A. C. (2014). Synthesizing positive psychological interventions: Suggestions for conducting and interpreting meta-analyses. *International Journal of Wellbeing*, 4(1), 91-98. <https://doi.org/10.5502/ijw.v4i1.5>
- Schwartz, S. H. (2006). *Basic human values: Theory, measurement, and applications*. Jerusalem, Israel: The Hebrew University of Jerusalem.

Список литературы, рекомендованный для дальнейшего чтения

- Han, H. (2014). Virtue ethics, positive psychology, and a new model of science and engineering ethics education. *Science and Engineering Ethics*, 21(2), 441-460.
- Lomas, T., & Ivtzan, I. (2016). Professionalising positive psychology: Developing guidelines for training and regulation. *International Journal of Wellbeing*, 6(3), 96-112.
- Koocher, G. P., & Keith-Spiegel, P. (2008). *Ethics in psychology and the mental health professions: Standards and cases (3rd e d.)*. New York: Oxford University Press.
- Sinclair, C. (2017). Ethics in psychology: Recalling the past, acknowledging the present, and looking to the future. *Canadian Psychology*, 58(1), 20-29.
- Vella-Brodrick, D. (2014). Dovetailing ethical practice and positive psychology to promote integrity, industriousness, innovation, and impact. In A. C. Parks & S. M. Schueller (Eds.), *The Wiley Blackwell handbook of positive psychological interventions* (pp. 416-432). Chichester, England: Wiley Blackwell.