

РОЗВИТОК НАУКОВИХ УЯВЛЕНЬ ПРО ПСИХОЛОГІЧНУ ДОПОМОГУ

Єременко Л. В.

кандидат психологічних наук,
старший викладач кафедри суспільно-гуманітарних наук
Таврійський державний агротехнологічний університет
м. Мелітополь, Запорізька область, Україна

Психологічна допомога — один з напрямків соціально корисної діяльності, що найбільш динамічно розвивається. Маючи трохи більше ніж сто років історії, психологічна допомога має попит у різних галузях людської життєдіяльності: від промисловості до охорони здоров'я. Ця діяльність включає в себе ряд спеціальностей, кожна з яких має своє коло завдань і методів. В загальному вигляді, як пише А. Ф. Бондаренко, «Психологічна допомога є галузь і метод діяльності, що призначені для сприяння людині і суспільству в рішенні широкого кола проблем, породжуваних душевним життям людини в соціумі» [1].

Психологічна допомога як професійна діяльність розвивалася, з одного боку, в рамках медичних установ та медичної моделі допомоги як психотерапія, а з іншого — як освітня, розвиваюча і підтримуюча діяльність-консультування. По мірі становлення практики відбувалося і теоретичне осмислення різних видів психологічної допомоги.

Вперше поняття психотерапія з'явилося наприкінці XIX століття і було введено англійським лікарем Д. Тьюком. В даний час в світі налічується, за різними оцінками, більше 100 напрямків психотерапії. Відповідно, існує проблема визначення цього виду психологічної допомоги.

Незважаючи на розмаїтність формулювань, можна сказати, що психотерапія як вид психологічної практики — це діяльність спрямована на позбавлення від різних психологічних і соматичних проблем за допомогою психологічних методів [5].

«Психотерапія у теперішній час не є галуззю наукових знань і практичних підходів, що однозначно розуміється. Являє собою лише їх поєднання і частково взаємодію і відрізняється різними психологічними, медичними, антропологічними, соціоекономічними, екологічними та філософськими настановами і надзвичайно широким спектром застосування. В загальних рисах Бастін визначає психотерапію як особливий вид міжособистісної взаємодії, при якому пацієнтам надається професійна допомога психологічними засобами при вирішенні проблем або труднощів психічного характеру, що у них виникають» [3, с. 655].

При визначенні консультування ми стикаємося з такими ж проблемами, що і у випадку психотерапії. Наприклад, Карл Роджерс дає таке перше визначення свого недирективного, клієнт-центрованого підходу в консультуванні: «Ефективне консультування являє собою певним чином структуровану, вільну від приписів взаємодія, яка дозволяє клієнту досягти усвідомлення самого себе настільки, що це дає йому можливість зробити позитивні кроки в світлі його нової орієнтації» [4, с. 25]. Психотерапевтична енциклопедія визначає консультування як «Професійну допомогу пацієнтові у пошуку розв'язання проблемної ситуації» [3, с. 591]. American Personnel and guidance Association в положенні про ліцензування визначає консультування як «застосування спеціальних консультативних процедур і прийомів з інших областей науки про поведінку для допомоги в навчанні способам вирішення проблем і прийняття рішень, що пов'язані з кар'єрою, особистісним розвитком, сім'єю і шлюбом або іншими міжособистісними відносинами» [2, с. 10]. В цьому визначенні немає ясності щодо змісту процесу консультування, але добре визначене головне завдання: навчання.

Англійське слово «counsel», від якого походить поняття консультування, має наступні значення: обговорення, нарада, порада, намір. Тобто психологічне консультування — це, насамперед розмовна практика, присвячена обговоренню планів і намірів людини, що задовольняє прагнення клієнта порадитися з приводу найкращих способів здійснення цих планів. Це певним чином

організоване дорадництво з приводу ускладнень, що виникли у клієнта і можливостей їх подолання.

Особливий різновид психологічної допомоги — психологічна корекція — це спрямований психологічний вплив на певні психологічні структури з метою забезпечення повноцінного розвитку та функціонування індивіда» [3, с. 592]. Цей термін з'явився в 70-ті роки, коли психологи нашої країни стали активно працювати в галузі психотерапії. Але психотерапія — це лікувальна практика, якою за законом може займатися тільки лікар, що має вищу медичну освіту. Для того, щоб психолог міг надавати психологічну допомогу, був введений цей термін. В даний час це поняття існує в трояку змістовному наповненні. У першому випадку психологічна корекція відповідає наведеному вище визначенню, отримуючи при цьому додавання або залежне слово, що визначають специфіку і зону допомоги: нейропсихологічна корекція, корекція поведінки, корекція відносин і т. ін. З іншого боку, у медичній психотерапії психологічна корекція розуміється як діяльність, що вирішує завдання психопрофілактики. Але в останні роки найбільшого поширення набуло третє трактування поняття психологічної корекції, як системи психологічного впливу на дитину для попередження або подолання відхилень у розвитку і поведінці. По суті, психологічна корекція розуміється у всьому світі як дитяча психотерапія.

У сучасній теорії психологічної допомоги існує проблема відмінностей різних її видів один від одного. Слід зазначити, що у теперішній час в світі немає єдиного підходу до розмежування консультування і психотерапії. Деякі практики вважають, що в розмежуванні немає необхідності, і використовують обидва поняття як синоніми. Інші ж вважають, що таке розмежування має бути зроблено.

Вирішивши позначити різницю між консультуванням і психотерапією, ми стикаємося з тим, що межі цих відмінностей часом настільки розмиті, що неможливо прийти до згоди у всіх деталях. R. R. Cottone висловив думку, що хоча відмінності між консультуванням і психотерапією можуть бути визначені,

спираючись на такі фактори, як історія виникнення і розвитку, тип клієнта та умови здійснення діяльності, розбіжність у цілях і ступені серйозності проблем клієнта, ці відмінності поступово зникають, оскільки сучасні клінічні програми надають можливість і для «консультування», і для «терапії», а фахівці, які пройшли підготовку як консультанти, працюють в тих самих умовах, в яких традиційно могли працювати лише психологи і психіатри [6]. Але, незважаючи на таке злиття на практиці, консультування та психотерапія являють собою різні види діяльності.

Д. Блочер проводить розмежування між консультуванням і психотерапією, визначаючи мету консультування, як розвиток — освіта — профілактика, а мету психотерапії — як виправлення — регулювання — лікування. Р. Джордж і Т. Крістіані відзначають, що поступове просування цих областей діяльності назустріч один одному призвело до того, що керівництво виявилось на одному кінці континууму, психотерапія на іншому, а консультування — між ними. І тоді різницю між цими трьома галузями діяльності можна побачити найкращим чином, розглянувши відношення цих рівнів континууму до ряду загальних елементів, а саме: цілі, клієнти, умови здійснення діяльності, вимоги до фахівців і методи [2].

В теорії і практиці сучасної психологічної допомоги можна виділити дві загальні орієнтації. Перша з них дотримується медичної моделі взаємодії психотерапевта і клієнта (пацієнта). Психотерапія в цьому випадку спрямована на позбавлення клієнта від хворобливих симптомів за допомогою спеціальних процедур. Психотерапевт виступає тут як авторитетний (і найчастіше авторитарний) експерт, повністю контролює процес психотерапії і несе всю повноту відповідальності за результат. Сюди можна віднести когнітивні і поведінкові моделі психотерапії, наприклад раціонально-емотивну поведінкову терапію А. Елліса, частково патогенетичну психотерапію за В. М. Мясіщевим і нейро-лінгвістичне програмування та ін.

Інша модель припускає збільшення відповідальності пацієнта за процес і результат психотерапії. Мета терапії — особистісна зміна і розвиток пацієнта

під впливом психотерапевтичного досвіду. Психотерапевт виступає тут як рівноправний співрозмовник, жива незалежна особистість, яка допомагає іншій особистості відшукати в собі і своєму найближчому оточенні ресурси для зміни і розвитку. Відповідальність за процес і результат психотерапії в більшому ступені тут переходить до пацієнта. Така модель реалізує себе в рамках клієнт-центрованої терапії К. Роджерса, гештальт-підходу Ф. Перлза, екзистенціальної психотерапії та ін. «Немедична» модель психотерапевтичних відносин одержала в останні кілька десятиліть широке розповсюдження серед практикуючих психотерапевтів в нашій країні завдяки розвитку гуманістичної психології. [1].

Отже, психологічна допомога за час свого становлення і розвитку як професійної діяльності пройшла шлях від авторитарних, директивних відносин між фахівцем, що надає допомогу і клієнтом до суб'єкт-суб'єктного підходу у допомагаючих відносинах. За цей час поширилася сфера застосування психологічної допомоги, було напрацьовано величезний технічний потенціал, створено безліч теорій і моделей допомагаючої діяльності.

Література

1. Бондаренко А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика / А.Ф. Бондаренко. - М.: Институт Психотерапии, 2000. - 336 с.
2. Джордж Р. Консультирование: теория и практика / Р. Джордж, Т. Кристиани. - М.: ЭКСМО, 2012. - 448 с.
3. Психотерапевтическая энциклопедия / Под ред. Б.Д. Карвасарского. - СПб.: ПИТЕР, 1998. - 752 с.
4. Роджерс К., Консультирование и психотерапия. Новые подходы в области практической работы: монография: Пер. с англ. / К. Роджерс. - М.: ЭКСМО-Пресс, 2010. - 463 с.
5. Шадура А. Ф. Консультирование как психотерапия или особенности научной терминологии / А.Ф. Шадура // Школьный психолог.- 2012.- №1.-С. 14.
6. George R. L., Counseling. Theory and Practise / R. L. George, T. S. Cristiani. – Boston, Allyn&Bacon, 1995. – 326 p.