

ФОРМУВАННЯ В ПРАКТИЧНИХ ПСИХОЛОГІВ ПОЗИТИВНОГО СТАВЛЕННЯ ДО НАВЧАННЯ У ПРОЦЕСІ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ

У професійній підготовці практичних психологів важливого значення набуває психотерапевтична підготовка, що впливає на становлення й розвиток особистості практичного психолога як професіонала. Врахування потреб майбутніх практичних психологів у психотерапевтичних знаннях, їх практичне професійне спрямування зумовлено соціальними змінами в суспільстві. Ці зміни сприяють зростанню вимог як до осмислення подій і усвідомлення особистістю проблем, так і до фахової підготовки. Очевидним є і те, що форми підготовки фахівців до практичної діяльності мають бути зорієнтовані на оволодіння інноваційними технологіями, психотехніками, проєктивними методами й спиратись на рефлексію, як внутрішній механізм розвитку психотерапевтичного мислення практичного психолога.

Метою статті є теоретичний аналіз моделі системної психологічної підготовки практичних психологів у напрямі психотерапевтичних знань як умови формування позитивного ставлення до навчання.

Соціальні перетворення у нашій країні передбачають зміну соціальної ролі особистості в суспільстві, її ділової, комунікативної і організаторської активності, професійних якостей і психологічних властивостей, уміння взаємодіяти з людьми в різних соціальних умовах. Особливого значення набуває вміння особистості адаптуватися в соціальних групах, регуляція механізмів взаємовпливу, взаємостосунків, самовдосконалення та її само актуалізації. Важливою рисою особистості є вміння розв'язувати конфлікти, запобігати стресам та хвилюванням в екстремальних умовах. Уміння особистості переходити на всіх рівнях взаємодії з іншими людьми від домінанти конфронтації до домінанти діалогу, від пріоритету сили до пріоритету переконання є важливими й актуальними її рисами. У зв'язку з цим актуалізується значення формування в практичних психологів позитивного ставлення до психотерапевтичних і психологічних знань та учіння в цілому.

У наші дні психотерапія як практична допомога в різноманітних життєвих ситуаціях є одним із найбільш популярних напрямів у практичній психології. Потреба різних прошарків суспільства у психотерапевтичній допомозі призводить до того, що практика розвивається інтенсивніше за теорію. Йому в сучасному суспільстві психотерапія стала певною "швидкою допомогою". Вона допомагає людям адаптуватися до середовища, що постійно змінюється, сприяє усуненню напруження в професійній діяльності, міжособистісних взаєминах тощо. Тому психотерапію розглядають як лікування хвороб за допомогою психологічних методів. Поширеним є визначення: психотерапія – це система лікувального впливу на психіку хворого, а через неї – на весь організм. Основна мета психотерапії – допомогти пацієнту усунути психічні відхилення, змінити ставлення до себе, свого стану й навколишнього середовища.

Усвідомлення практичними психологами завдань психотерапевтичної допомоги зорієнтоване на наступні напрями: допомога пацієнту краще зрозуміти свої проблеми, сприяти усуненню в пацієнта емоційного дискомфорту та перевантаження, заохотити пацієнта до вільного вираження почуттів, забезпечити його новими ідеями чи інформацією про те, як вирішити ті чи інші проблеми, допомогти перевірити нові способи мислення й поведінки поза терапевтичною ситуацією.

Результати дослідження. Формування в практичних психологів психотерапевтичних знань, системи ставлень, засвоєння ними системи психотехнік є необхідною умовою підвищення їхньої професійної підготовки. Розроблений курс "Основи психотерапії" та інших психологічних дисциплін спрямований на теоретичну й практичну психотерапевтичну підготовку майбутніх практичних психологів. Наукові дослідження [1; 2; 3] засвідчують, що оволодіння практичними психологами психотерапевтичними знаннями забезпечує професійну підготовку майбутніх спеціалістів щодо корекції і збереження психічного здоров'я населення. Оволодіння психотехніками різних напрямів спрямоване на подолання дезадаптації особистості складних сучасних соціальних умовах. Акцентуючи увагу на психотехніках, наприклад, на психоаналізі виділяються головні цілі даного напрямку: усвідомлення неусвідомленого (мотивів, фіксацій, захисних механізмів, моделей поведінки) і реалістичної інтерпретації; підсилення Его для моделювання більш реалістичної поведінки [2].

Метою психічного розвитку аналітичної психології визначається індивідуалізація – реалізація особистості як унікального неподільного цілого. Холічний підхід до індивідуальної психотерапії зосереджується на підході до кожної людини, як єдиної цілісності в соціальному контексті. Мета гуманістичного психоаналізу – сприяти людині в пізнанні своєї внутрішньої природи, розкриттю потреб, сенсу життя, ціннісних аспектів людського буття. В пошуках нових духовних орієнтацій увага практичних психологів акцентується на концепції Е. Фрома, що ґрунтується на філософії любові. Любов, зазначає автор, дає єдину вірну відповідь на проблему людського існування і є вищою гуманістичною цінністю [5].

Прагнення до самоактуалізації, самовираження, розкриття внутрішніх резервів у творчості являються основними гуманістичними потребами особистості. Гуманістичні потреби в добрі, моральності,

добррозичливості, з якими народжується людина, реалізуються в певних соціальних умовах. Потреби в самоактуалізації задовольняються лише за умов задоволення інших потреб, передусім фізіологічних. Суспільство може процвітати, якщо воно знаходить шляхи розвитку здорових, сильних, розумово повноцінних особистостей і задовольняє їх потреби на основі гуманістичного розвитку. Більшості ж людей не вдається домагатися задоволення навіть нижчих потреб. Ієрархію потреб згідно з А. Маслоу [3] складають фізіологічні потреби; потреби в безпеці; потреби в любові й прихильності; потреби у визнанні та оцінці; погреб в самоактуалізації. Самоактуалізації досягає лише невелика кількість людей. А. Маслоу визначає такі їхні особливості, як: невимушеність у поведінці, ділова спрямованість, незалежність, творчість, глибина та демократичність у стосунках.

Дослідження самоактуалізації стосувалося різних людей, оскільки прояв їх особистісних властивостей у професійному та особистому житті свідчив про неординарність і творчість цих людей. Основними критеріями під час їх вивчення були наступні: по-перше, люди відносно вільні від неврозу й інших значних особистісних проблем, по-друге – це були талановиті люди, що цілеспрямовано використовували свої здібності та творчий потенціал. Група складалася з 18 індивідуумів, 9-ти сучасників та 9-ти історичних особистостей.

У результаті дослідження були виявлені наступні характеристики самоактуалізованої особистості: більш усвідомлене ефективне сприйняття реальності; адекватне сприйняття себе, інших, природи; спонтанність, простота, природність, центрованість на завданні (на відміну від центрованості на собі); деякі усамітнення й потреба в самотності; автономія, незалежність від культури і середовища, постійна реальність оцінки; почуття причетності єднання з іншими; більш глибокі міжособистісні відносини, демократична структура характеру; розрізнення засобів і цілей, добра й зла; філософське, невороже почуття гумору; самоактуалізуюча творчість; опір до тиску конкретної культури. Таким чином знання про самоактуалізацію дають можливість майбутнім практичним психологам усвідомлювати, що самоактуалізація – це не відсутність проблем, а рух від минулих і нереальних проблем до проблем реальних.

Важливим напрямом, що вивчається в системі психотерапевтичної підготовки є аналітична психотерапія центрована на клієнта. Мета психотерапії даного напрямку, згідно концепції К. Хорні [4], допомогти пацієнту подолати внутрішні деструктивні сили. При опануванні психотехніки клієнт-центрованої терапії увага практичних психологів має акцентуватися на допомозі невротикам усвідомити свій ідеалізований образ, показати, що цей образ є суттєвою причиною внутрішніх конфліктів. У процесі аналітичної роботи практичний психолог повинен знати основні психотерапевтичні прийоми переорієнтування установок і життєвих планів клієнта.

Аналітична робота згідно концепції К. Хорні [4], спрямовується на пробудження в пацієнтів конструктивних сил, прагнення до саморозвитку й самореалізації. Сутність психотерапії центрованої на клієнта ґрунтується на таких основних принципах: психотерапія акцентується на емоційних аспектах; психотерапія ґрунтується на конкретній ситуації (за принципами „тут і тепер“); психотерапія орієнтована на ініціативу клієнта, яка допомагає йому у вирішенні проблеми з мінімальною участю психотерапевта.

Оскільки практичний психолог повинен не лише надавати психологічну допомогу іншим людям, а й повинен бути гармонійною особистістю. Тому поняття самореалізація є для нього актуальним і особистісно значимим. Психотерапія допомагає йому правильно ставити й усвідомлювати питання про сенс життя конкретної особистості в конкретний момент. Це висвітлюється в основних напрямках логотерапії як однієї з базових мотиваційних тенденцій поведінки й діяльності практичного психолога. В процесі терапевтичної підготовки практичні психологи повинні усвідомити, як людина знаходить сенс свого життя, що є ключовим для практичної логотерапії. Положення про унікальність сенсу життя дали можливість В. Франклу дати змістовну характеристику можливих позитивних життєвих сценаріїв [4].

Розрізняючи три групи цінностей сенсу свого життя, практичні психологи мають усвідомити значення творчості, переживання й системи цінностей. Пріоритет мають цінності творчості, основним шляхом реалізації яких є праця. Із цінностей переживань В. Франкл особливо виділяє любов, яка має багатий смисловий потенціал. Основний парадокс і новизна логотерапії пов'язана з цінностями ставлень. За будь-яких обставин людина здатна зайняти осмислену позицію й у зв'язку з цими обставинами надавати, наприклад, своєму стражданню глибокий життєвий зміст. Тому життя людини завжди є змістовне й цілеспрямоване. Практичні досягнення логотерапії пов'язані з ціннісною системою ставлень, із знаходженням людьми сенсу свого існування в ситуаціях, що здаються безвихідними, однак звернення до них виправдані, коли всі інші можливості вплинути на долю людини вичерпані. З прийняттям рішення, з його вибором пов'язана відповідальність людини за своє життя. Тому проблема відповідальності є основною проблемою логотерапії. Знайшовши сенс життя, людина несе відповідальність за реалізацію цього унікального сенсу, від індивіда вимагається прийняття рішення, бажає він цього чи ні, й здійснення сенсу в певній ситуації. Необхідність і свобода локалізовані не на одному рівні, свобода домінує над будь-якою необхідністю, адже людина вільна у реалізації сенсу свого життя [2; 4].

Таким чином, формування позитивного ставлення майбутніх практичних психологів до навчання в контексті психотерапевтичної підготовки, ґрунтується на основі системи теоретичної і практичної професійної психологічної підготовки.

Використана література:

1. Бурлачук Л. Ф. Психотерапия: учебник для вузов / Л. Ф. Бурлачук, А. С. Кочарян, М. Е. Жидко. – СПб. : Питер, 2003. – 472 с.
2. Зубалий Н. П. Основы психотерапии : учебное пособие / Н. П. Зубалий, А. М. Левочкина. – К. : МАУП, 2001. – 160 с.
3. Маслоу А. Дальние пределы человеческой психики / А. Маслоу [пер. с англ.]. – СПб. : Евразия, 1997. – 430 с.
4. Психотерапевтическая энциклопедия [под. ред. Б. Д. Харвасарского]. – 2-е изд., доп. и пер. – СПб. : Питер, 2000. – 1024 с.
5. Фромм Э. Душа человека / Э. Фромм [общ. ред. сост. и предисловие П. С. Гуревича]. – М. : Республика, 1992. – 430 с.

Аннотация

В статье рассматриваются психологические факторы формирования положительного отношения практических психологов к обучению в процессе психотерапевтической подготовки.

Annotation

The article deals with the psychological factors of positive attitudes to learning clinical psychologists in psychotherapy training.

УДК 159.923

Каськов І. В.

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВПЛИВУ МІЖОСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ НА РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТА

Конфлікти відіграють важливу роль в житті, розвитку особистості, сім'ї, життєдіяльності навчального закладу, держави, нашого суспільства та людства загалом. Проблематика конфліктної взаємодії була актуальною впродовж усього існування людської цивілізації, адже розвиток соціуму є безперестанним створенням та подоланням конфліктних ситуацій.

Конфлікт, як соціально-психологічний феномен, є закономірною і природною характеристикою соціальних відносин.

Аналіз проблеми психологічних особливостей конфліктної поведінки суттєво пов'язаний із конфліктом як формою взаємодії між людьми, зумовлений психологічними причинами, що викликають конфліктну поведінку; розкриває сутність конфліктної особистості як джерела міжособистісних конфліктів.

Вивчення науково-психологічних джерел свідчить про те, що окремі проблемні питання, пов'язані з вивченням міжособистісних стосунків, розглядали у своїх працях такі дослідники як: В. Агеєв (психологія міжособистісних та міжгрупових стосунків), О. Бодальов (особистість та спілкування), Л. Гозман (психологія емоційних стосунків), Є. Головаха, Н. Паніна (психологія людських взаємин), О. Єршов (міжособистісні конфлікти у колективі), М. Коган (проблема міжсуб'єктивних стосунків), Я. Коломинський (психологія взаємовідносин у колективі), В. Мясищев (психологія стосунків), М. Обозов (психологія міжособистісних стосунків), Б. Паригін (соціально-психологічний клімат у колективі), Є. Руденський (спілкування як взаємодія соціальних суб'єктів), В. Трусов (психологія міжособистісного впливу та оцінювання), Є. Цуканова (психологічні труднощі міжособистісного спілкування) та ін.

У науковій літературі проблемі конфліктам та її вирішення присвячено багато досліджень, але проблема міжособистісних конфліктів та його впливу на особистість студента психолога залишається мало дослідженою.

Переважна частина вчених вважає, конфлікт – це гостра ситуація, що виникає як наслідок зіткнення відносин особистості з усталеними нормами. Інші визначають конфлікт як ситуацію взаємодії людей, або які мають взаємовиключну чи недосяжну одночасно обома конфліктуючими сторонами мету, або прагнуть реалізувати свої взаємини несумісними цінностями й нормами. Сучасний світ характеризується зростанням напруженості, і це обумовлює збільшення різноманітних конфліктів та необхідність їх усебічного вивчення з метою зменшення їх негативних наслідків та як найповнішого використання закладених у них позитивних можливостей для розвитку особистості.

Формування особистості – процес динамічний і неоднозначний, він не відбувається без ускладнень і протиріч. Зокрема, міжособистісні конфлікти, особливо у студентському колективі, сприяють, розвитку неадекватних психологічних захистів і стереотипів поведінки, вони знижують працездатність та впливають на ефективність навчальної діяльності.

Прийняття до нових життєвих умов багато в чому залежить від особистісних якостей студента. Він застосовує ті навички, способи й методи, які набув у попередньому житті. Не завжди вони виявляються успішними. Розходження в моральних установках, нормах, цінностях, поведінці часто ставлять студента в конфліктну ситуацію.

Загальноприйнятою є думка, що конфлікти можуть носити як деструктивний, так і конструктивний характер. Завдяки наявності протиріч певною мірою здійснюється розвиток особистості, групи, перехід її