

СЕКЦІЯ 2. ВІКОВІ ТА СОЦІАЛЬНІ АСПЕКТИ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ

УДК 159.9

Ю. А. Алексєєва

СУЧАСНА МОДЕЛЬ КОНСУЛЬТАТИВНОЇ РОБОТИ З ПІДЛІТКАМИ

У статті розглядаються науково-теоретичні підходи до вивчення питань консультування підлітків. Презентується модель психологічного консультування підлітків з аспекту розвитку їх моральної самосвідомості.

Ключові слова: психологічне консультування, індивідуальне консультування, групове консультування.

У зв'язку з тим, що в основі проблем, які виникають у підлітків, часто лежать викривлення їх самосвідомості, психологічне консультування займає одне з провідних місць у роботі практичного психолога. Психологічне консультування припускає аналіз психологічного розвитку підлітка не тільки у віковому аспекті, але й у плані змінювання його індивідуально-типологічних особливостей.

Особистість підлітків, на відміну від дорослих, динамічно розвивається, проходить становлення її складових, тому психологічне консультування підлітків є одним із складних, а процес його організації і проведення має свою специфіку. Варто підкреслити, що аспекти психологічного консультування, які зорієнтовані на вирішення проблеми дорослих людей, не можуть бути застосовані в роботі з особистістю підлітка, оскільки в такому випадку не враховується специфіка розвитку дітей і підлітків відповідно до їх вікових можливостей. На думку Г.В. Бурменської, О.О. Карабанової, Є.І. Захарової, необхідна розробка науково обґрунтованої систематики психологічних проблем і труднощів у сфері особистісного розвитку підлітків. Важливе також психологічне вивчення таких актуальних питань, як особливості виникнення негативних особистісних якостей підлітків: лінощів, неорганізованості, безвідповідальності та ін. [2].

Сферою впливу в психологічному консультуванні підлітків є їх психологічне здоров'я, яке можна описати як систему, що включає аксіологічний, інструментальний і потребнісно-мотиваційний компоненти. Аксіологічний компонент містить у собі трансформовані цінності «Я» інших людей. Інструментальний компонент передбачає володіння людиною рефлексією як засобом самосвідомості, здатністю концентрувати власну свідомість на собі, власному внутрішньому світі та своєму місці у взаєминах

з іншими. Потребнісно-мотиваційний компонент визначає наявність у людини потреби у саморозвитку. Підліток приймає відповідальність на себе за власний розвиток. Виділення компонентів психічного здоров'я дозволяє визначити такі завдання психологічного консультування, як: навчання позитивному самоствавленню і прийняттю інших; навчання рефлексивним умінням; формування потреби у саморозвитку [10].

У період дорослішання відбувається інтенсивний розвиток самосвідомості особистості, у зв'язку з цим важливим виявляється активний пошук шляхів самореалізації та самоствердження підлітка. Маючи вже достатній соціальний досвід, особистість цього віку здатна усвідомлювати свої переживання, виражати їх вербально і відрефлексовувати те, чим вони викликані. Підлітки вже чіткіше визначають природу своїх труднощів і усвідомлюють, що саме може їм допомогти. Втім ставлення до процесу консультування у них може бути неоднозначним. Старші підлітки неохоче допускають психолога у свій внутрішній світ, намагаються уникати глибокого контакту, при цьому охоче можуть просити допомоги, щоб налагодити взаємини з батьками [5; 8].

Виходячи із вищезазначеного, основними умовами контакту з підлітком є добровільність, конфіденційність і відповідальність. Підліток повинен бути впевненим, що психолог не використає проти нього все те, що повідомлялося на прийомі, і що зміст бесід з ним не стане відомим ні вчителю, ні батькам, ні однокласникам. Психологу важливо взаємодіяти з підлітком із позиції прийняття останнього, причому незалежно від того, що він говорив і як діяв, тобто, які б провини не зробив. Психологу важливо не лише бути в позиції прийняття до підлітка, який потребує допомоги, але й виявляти зацікавлене ставлення до нього, будуючи таку дистанцію, що не припускає фамільярності, зарозумілості й демонстрації переваг [3].

Аналіз процедури консультування, проведений О.Н. Усановою серед шкільних психологів, показав, що в сучасних умовах домінуючою формою є «вертикальне» консультування, при якому активно діючою особою є консультант. При цьому позиція підлітка пасивна, що не забезпечує його включення в процес взаємодії та не викликає почуття відповідальності за реалізацію поради, яка надається йому консультантом. Принцип співробітництва передбачає, що всі учасники консультації виступають у ролі партнерів і це додає їх позиціям активність і паралельність. Принципово важливо в процесі консультування як співробітництва вести облік особливостей розвитку не лише особистості підлітка, але й всієї системи його взаємин [9].

Виділяють декілька стадій взаємодії щодо створення довірливих взаємин у роботі шкільного психолога з підлітками: 1) накопичення згоди – нейтралізація негативних установок учня у процесі спілкування, проведення бесід на нейтральні й актуальні теми; 2) пошук спільних інтересів, часткове

переключення на обговорення особистісних якостей вихованця; 3) взаємне прийняття для обговорення особистісних якостей (на цьому етапі переважно позитивних); 4) виявлення якостей, небезпечних для взаємодії; 5) індивідуальні взаємодії та взаємна адаптація партнерів; 6) узгоджена взаємодія – повне взаєморозуміння та довіра [4].

У процесі консультування підлітки частіше розраховують на пряму пораду, однак рекомендації, запропоновані психологом, повинні спонукати підлітків самостійно шукати оптимальне рішення своїх проблем. Складність консультування підлітків полягає ще й у тому, щоб, не нав'язуючи своєї думки, психолог своїми обережними висловлюваннями міг знайти твердість і визначеність своїх позицій [3].

При проведенні індивідуальної консультації з підлітком практичний психолог використовує певну модель консультування. Як підкреслює О.В. Хухлаєва, на самому початку роботи з підлітком, щоб увійти в його внутрішній світ, психолог повинен брати до уваги культурну специфіку його розвитку (звичаї, вірування, домашній устрій, способи комунікації), враховувати можливості його маргінального положення та систему взаємин з дорослими й однолітками. Консультування підлітків здійснюється відповідно до загальноприйнятої схеми: встановлення контакту з підлітком; запит підлітка, опис труднощів і бажаних змін у собі, конкретних людях, ситуації; психодіагностична бесіда: пошук причин труднощів; психологічна інтерпретація: вербально висловлена гіпотеза консультанта про можливі чинники труднощів підлітка. Тут найефективнішим для підлітка є не пряме повідомлення йому своєї гіпотези, а опосередковане – з використанням методу «аналізу чужих проблем». Опосередковане пред'явлення проблеми дозволяє консультанту спиратися на активність самого підлітка, а підлітку – сформулювати проблему своєю мовою і самому визначити глибину занурення в неї. Використовується такий прийом як реорієнтація – спільне розроблення конструктивних засобів подолання труднощів [10].

Особистісне зростання підлітків нерозривно пов'язане з розвитком їх моральної самосвідомості (засвоєнням моральних понять і почуттів, посиленням відповідальності за себе й інших, підвищенням рівня моральної саморегуляції), тому важливим завданням шкільного психолога є використання комплексу консультативних методів, що сприяють розвитку і гармонізації їх моральної самосвідомості.

Відомий американський психолог, фахівець з питань консультування Р. Мей з приводу головного завдання консультування писав: «Кожна особистісна проблема – у певному розумінні – є моральною, оскільки стосується головного питання етики: «Як варто жити?» Творча самостійність особистості завжди зуміє правильно розв'язати ті моральні проблеми, які поставить перед нею життя. Вироблення саме такого ставлення до життя і є метою консультування» [7, 112].

Цю думку розвиває Ф. Майленова, яка підкреслює, що у процесі консультування психолог завжди працює з людьми, які знаходяться в ситуації морального вибору, незалежно від того, як формулюється їх проблема. У зв'язку з цим професійні дії психолога повинні бути спрямовані на те, щоб створити для людини умови, що дозволяють їй усвідомити отриману інформацію і зробити вибір, який максимально підходить для цієї конкретної і важкої ситуації, з якою вона звернулася за допомогою. При цьому психолог повинен пам'ятати і про те, що у процесі консультування індивід вибирає не тільки лінію поведінки, але й моральні цінності, які будуть підтримувати обрану поведінку [6].

Однак аналіз наукових джерел показав, що питанням консультування з розвитку складових моральної свідомості та самосвідомості підлітків не приділяється достатньої уваги, а тому ця проблема майже не вивчена.

Основу запропонованої й апробованої нами моделі консультативної роботи з розвитку моральної самосвідомості підлітків складає концептуальний підхід когнітивно-біхевіорального консультування, розроблений А. Еллісом, А. Беком, Д. Мейхенбаумом. Нижче наведені його основні положення.

- Зміст когнітивних структур (базових переконань) особистості зумовлює перебіг емоційних станів і почуттів.

- Поведінка, ставлення особистості до інших і до себе визначається її логічними схемами, автоматичними думками, переконаннями, поглядами та уявленнями.

- Неадаптивні когнітивні структури особистості (дисфункціональні переконання, когнітивні помилки, неусвідомлювані мотиваційні установки, викривлені висновки) заважають їй реалістично сприймати факти, події, взаємодії та адекватно осмислювати мотиви власних вчинків і поведінку інших людей, породжують неконструктивні форми поведінки.

Нами були визначені завдання психокорекційних дій у процесі психологічного консультування підлітків з метою їх особистісного (морального) зростання:

- посилення процесу інтерналізації (засвоєння) підлітками знань про соціальні, у тому числі й моральні норми, якості, мотиви поведінки, ціннісні орієнтації та моральні ідеали особистості;

- розвиток здатності підлітків до моральної рефлексії та інтроспекції (здатності до самодослідження, самоаналізу, внутрішнього діалогу);

- удосконалення здатності підлітків до усвідомлення, осмислення та диференціації моральних почуттів, вміння визначати власні переживання у процесі самоспостереження і спостереження за експресивними ознаками поведінки інших людей;

- розширення обсягу психологічної інформації підлітків про роль почуття відповідальності та обов'язку в здійсненні моральних вчинків і реалізації

різних видів діяльності; стимулювати розвиток відповідальності перед іншими людьми і власне самим собою;

- формування ціннісного ставлення підлітків до суспільних моральних норм, позитивних особистісних якостей і форм моральної поведінки;

- розвиток здатності до емпатії (співчуття і співпереживання) у становленні до соціального оточення і рослинного та тваринного світу;

- удосконалення здатності підлітків до самоконтролю та моральної саморегуляції;

- активізація підлітків до здійснення особистісного вибору в альтернативних моральних ситуаціях та оцінювання моральної поведінки інших людей.

Проаналізовані нами різні схеми консультативної роботи психологів з дітьми та підлітками (алгоритм роботи віково-психологічного консультування, запропонований Г.В. Бурменською, Є.І. Захаровою, О.О. Карабановою; схема шкільного консультування, розроблена А.Ф. Ануфрієвим, О.Р. Бусаровою; схема роботи дитячого психолога - консультанта клінічним методом, запропонована Н.І. Гуткіною) дають змогу стверджувати, що запити психологу - консультанту надходили не від дітей або підлітків безпосередньо, а від дорослих (батьків, вчителів). Відмінність нашої моделі консультативної роботи з підлітками полягає в тому, що психолог сам, після діагностичного обстеження, пропонував підліткам прийти на індивідуальні консультації або ж запит про допомогу надходив безпосередньо від підлітків.

Загальна модель консультування підлітків з метою розвитку їх моральної самосвідомості включає три етапи: діагностичний, етап планування, етап проведення психокорекційної роботи.

Першим кроком діагностичного етапу є визначення проблеми підлітків і фокусування уваги на їх особистісних і моральних утвореннях. Впродовж консультації психолог визначає, як складаються стосунки підлітка з однолітками і з'ясовує, як часто у нього виникають конфлікти і чи сам він розуміє причини їх виникнення. Таким чином, психолог поступово підводить підлітка до обговорення його особистісних проблем.

Другий крок – діагностика на основі методів спостереження та бесід, а саме: вивчення моральних особливостей, міжособистісних взаємодій та внутрішньоособистісних конфліктів підлітків у складних ситуаціях. У процесі бесіди консультант спостерігає за невербальною поведінкою підлітка, і якщо помічає суперечності між мовленнєвим поясненням ситуації підлітком та його невербальними рухами (очей, тіла, рук), то може з'ясувати, що криється за цими конфронтаціями між висловлюваннями підлітка та його поведінкою. Звернімося до іншого прикладу: у консультативній бесіді підліток говорить, що він з усіма поводить дружньо, але при цьому дивиться вниз і торкається верхньої губи, тобто його невербальна поведінка

свідчить, що він щось приховує. У процесі бесіди психолог використовує навички уважного слухання та намагається уточнити, прояснити, отримати якомога більше інформації про проблему підлітка та рівень розвитку його моральної самосвідомості.

Наступним кроком є уточнення рівнів розвитку моральної самосвідомості та її складових.

Надалі психолог здійснює інтерпретацію якісних і кількісних результатів обстеження підлітка та обґрунтовує завдання консультативної роботи з ним.

На другому етапі консультування – етапі планування, психолог складає план консультування для початкової і подальшої роботи. При складанні плану враховувалось те, що консультативна робота повинна бути: 1) гнучкою (з урахуванням змісту проблеми, проявів індивідуальності підлітка, резервних можливостей його особистості); 2) спрямованою на нейтралізацію суперечностей між соціальними диспозиціями й особистісними установками моральної свідомості підлітка; 3) спиратися на сильні сторони підлітка; 4) підвищувати здатність до самоконтролю; 5) посилювати почуття відповідальності за ухвалення рішень і здійснення моральних вчинків.

При цьому вирішуються такі питання, як структура консультацій, підбір комплексу конкретних методів і прийомів, які можуть дієво впливати на спотворені форми переконань, почуттів або поведінки підлітків у цілому.

Основними формами консультативної роботи є індивідуальні бесіди і групові заняття з підлітками, а також виконання домашніх завдань, які рекомендуються психологом у процесі взаємодії з конкретним учнем або групою підлітків. Групова робота (у ході якої у підлітків виникають нові питання або потреба говорити про свої складні ситуації) проводиться паралельно з індивідуальними консультаціями.

Групова робота, яка за формою і силою психокорекційних впливів має свої особливості, є важливим напрямом психологічного консультування підлітків. Проведення групових занять веде до розвитку в підлітків почуття належності до групи, довіри до її учасників, сприяє посиленню самоусвідомлення. У процесі занять психологом надається інформація про труднощі міжособистісних взаємодій між підлітками, повідомляється про моральні конфлікти, які виникають між ними, уточнюються причини їх неконструктивної поведінки. Тренінгові заняття дають можливість отримувати нову інформацію, що приводить до розширення уявлень підлітків про себе, зміни образу «Я», накопичення нового емоційного досвіду, а також можливість адекватно оцінювати власну моральну поведінку. Підліток опановує психологічними засобами, які дозволяють на новому рівні здійснювати контроль і керування внутрішньої й зовнішньої активності, у ході таких занять відбувається не тільки розвиток нових навичок мислення, поведінки, але і їх корекція. Моделювання у моральній

свідомості підлітків альтернативних життєвих ситуацій і їх групове обігравання у формі вправ і тренінгів дозволяє розвивати та укріплювати когнітивні, емоційні й поведінкові нормативи для адекватного вирішення моральної проблеми.

Індивідуальна робота у процесі консультування підлітків ґрунтується на використанні комплексу психокорекційних методів і технік залежно від складеного попереднього плану. Прийоми і техніки певного підходу консультування, що використовуються психологом, повинні бути спрямовані на корекцію викривлених складових моральної самосвідомості підлітків, які лежать в основі проблем, що примусили їх звернутись за консультацією. Деякі вчені (Г.С. Абрамова, Т.П. Гаврилова, В.Е. Пахальян, Т.О. Флоренська) у роботі з підлітками віддають перевагу особистісно орієнтованому підходу, який сформувався в межах гуманістичного напрямку і на засадах особистісно-центрованого підходу К. Роджерса. Основними принципами цього підходу є: гуманність, безоцінне ставлення до іншого, психологічна безпека, анонімність, активність, розмежованість особистих і професійних відносин. Однак, як підкреслюють Г.В. Бурменська, О.О. Карабанова, Є.І. Захарова, Ю.С. Шевченко, А. Гольдштейн, найефективнішим напрямом у консультуванні підлітків є когнітивне та когнітивно-біхевіоральне консультування, методи та прийоми яких дозволяють змінювати думки, почуття та поведінку підлітків. Частіше у процесі діалогічного спілкування з підлітками психолог використовує лише загальні навички консультування: уважне слухання (відкриті та закриті питання, заохочення, перефразування, відображення почуттів, значень), навички впливу (директиви, інтерпретація, порада, інформація, зворотний зв'язок, конфронтація, логічна послідовність).

Домашні завдання – важливий розділ психокорекційної роботи, що включає використання психотренінгових вправ у реальних життєвих ситуаціях, дозволяють активно впливати на удосконалення здатності підлітків до саморегуляції моральної поведінки. Виконання домашніх завдань дає можливість розвивати когнітивні і поведінкові навички, які можна використовувати в повсякденному житті.

Основні психологічно конструктивні впливи включають корекцію компонентів моральної самосвідомості: когнітивного, емоційно-ціннісного та поведінкового.

Під час впливу на когнітивну сферу самосвідомості підлітків відбувається вправляння процесів розуміння і диференціації моральних понять, трансформація викривлених, неконструктивних і суперечливих моральних переконань в адекватні моральні переконання, активізація розвитку здібності моральної рефлексії і саморефлексії, розширення обсягу моральних знань підлітків у цілому. Розвиток емоційно-ціннісного компонента передбачає актуалізацію в моральній самосвідомості підлітків почуття відповідальності

та здатності до емпатії, а також зміну ієрархії ціннісних орієнтацій і вдосконалення останніх, якщо вони відхиляються від вимог соціальних норм. Вплив на поведінковий компонент моральної самосвідомості підлітків здійснюється за допомогою вправ, спрямованих на розвиток здатності до самоконтролю в емоційній сфері та діяльності, навчання прийомів адекватного особистісного й морального вибору, розвитку вольових процесів і моральної саморегуляції.

Таким чином, розглянута модель психологічного консультування дозволяє психологу використовувати основні форми і методи розвитку моральної самосвідомості підлітків з урахуванням їх індивідуальних особливостей.

Література

1. Булах І.С., Алексеева Ю.А. Моральне зростання підлітків: сучасні технології консультативної діяльності: навч. посіб. - Київ: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2010.
2. Возрастно – психологический подход в консультировании детей и подростков. Учеб. пособие для студ. выс. учеб. заведений / Г.В. Бурменская, Е.И. Захарова, О.А. Карабанова и др. – Москва: Академия, 2002.
3. Гаврилова Т.П. Личностное консультирование подростков как вид психологической помощи // Психологическая наука и образование. - 1997. - № 1.
4. Горноста́й П.П., Васьковская С.В. Теория и практика психологического консультирования: Проблемный подход. - Київ: Наук. думка, 1995.
5. Журавлева Н.Ю. Теоретические подходы к вопросам консультирования подростков по проблемам межличностных отношений / Практична психологія: теорія, методи, технології: Матеріали наук. семінару 9-10 червня 1997 р. /З.Г. Кісарчук та ін.(ред.); АПН Інститут психології ім. Г.С. Костюка. – Київ: НІКА-ЦЕНТР, 1997.
6. Майленова Ф. Выбор и ответственность в психологическом консультировании. – Москва: «КСП+», 2002.
7. Мэй Р. Искусство психологического консультирования / Пер. с англ. Т.К. Крутовой. - Москва: Класс, 1994.
8. Психологическое консультирование в школе / сост. Н.В. Коптева. - Пермь, 1993.
9. Усанова О.Н. Концепция и опыт сотрудничества в практическом психологическом консультировании // Журнал практического психолога. - 1997. - № 2.
10. Хухлаева О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции: Учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений. - Москва: Академия, 2001.

Y. Aliksieieva. The current model of consultative work with teenagers.

The article sees the scientific theoretical approaches to the study of the questions of teenagers consulting. A model of psychological consulting of teenagers from the aspect of the development of their moral consciousness is presented.

Key words: *psychological consulting, individual advising, group consultative work.*