

И.В. Осипчук

DOI: 10.7256/2070-8955.2013.8.9154

АНАЛИЗ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ АСПЕКТОВ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ОКАЗАНИЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ КОНСУЛЬТАЦИОННЫХ УСЛУГ В РОССИИ И ЗА РУБЕЖОМ

Аннотация. Статья посвящена проблемам обучения психологов-консультантов, описаны направления обучения. Автор анализирует этапы и условия обучения. В работе описаны российские, зарубежные подходы к обучению психологов-консультантов. Психологическая помощь в общенаучном контексте — это область и способ деятельности, предназначенные для содействия человеку и сообществу в решении разнообразных проблем, порождаемых душевной жизнью человека в социуме. Содержание психологической помощи заключается в обеспечении эмоциональной, смысловой и экзистенциальной поддержки человеку или сообществу в трудных ситуациях, возникающих в ходе их личностного или социального бытия. Именно профессиональное самоопределение психолога-практика уменьшает дистанцию между «Я-функциональным» и «Я-экзистенциальным», снижает тревожность, повышает личностный потенциал — становится условием и одновременно стимулом к дальнейшему личностному росту и личностному самоопределению. Когнитивный аспект личности определяет ее экзистенциальный, бытийный аспект. «Технологический» уровень представленной модели специалиста детерминирует личностный. А уже этот, последний, возвращает личностное «Я» к институционально-ролевому образу профессии. Погрузившись в поток профессиональной проблематики и технологии, специалист применяет уже по отношению к себе самому те или иные концепции, техники и в ходе этой, профессионально и одновременно личностной работы вновь, уже с высот своего экзистенциального «Я», возвращается в «Я-функциональное», достигая желаемой профессиональной и личностной идентичности.

Ключевые слова: педагогика, образование, программа, подготовка, активность, консультирование, подход, обучение, помощь, человек.

Психологическая помощь в общенаучном контексте — это область и способ деятельности, предназначенные для содействия человеку и сообществу в решении разнообразных проблем, порождаемых душевной жизнью человека в социуме. Содержание психологической помощи заключается в обеспечении эмоциональной, смысловой и экзистенциальной поддержки человеку или сообществу в трудных ситуациях, возникающих в ходе их личностного или социального бытия¹.

Многообразие и многогранность психологической помощи определяется совокупностью проблем, существующих у современного человека: межличност-

ные отношения, эмоциональные внутриличностные конфликты и переживания; проблемы социализации (выбор профессии, создание семьи, разные формы общественных отпращиваний), проблемы персонализации (возрастные и экзистенциальные), т.е. весь спектр эмоционально-смысловой жизни человека как общественного существа, наделенного психикой².

Сравнивая различные точки зрения на сущность того, что обозначается термином «психологическое консультирование», можно обнаружить, что в каждом из определений акцентируется тот или иной аспект этого вида работы, чаще всего это следующее³:

— позиции и степень активности сторон;

¹ Бондаренко А. Психологическая помощь: теория и практика. М.: Класс, 2001.

² Там же.

³ Хейли А. Что такое психотерапия. СПб: Питер, 2012.

– направленность, собственно предмет и специфика методов работы.

«Суть психологического консультирования — психологическая помощь психологически здоровым людям в совладании с различного рода внутри- и межличностными затруднениями в процессе специально организованного взаимодействия (беседы)»⁴.

Психологическая консультация включает три важнейших аспекта:

- деятельность консультируемого по разрешению собственного затруднения путем внутреннего психологического изменения (роста);
- деятельность консультанта по выявлению и оказанию помощи в разрешении значимых для консультируемого жизненных задач (затруднений);
- психологические новообразования в душевной жизни, изменения отношений, способов, самооценки, самоощущений, появление новых переживаний, планов, открытие новых возможностей».

Ю.Е. Алешина определяет психологическое консультирование как «...непосредственную работу с людьми, направленную на решение различного рода психологических проблем, связанных с трудностями в межличностных отношениях, где основным средством воздействия является определенным образом построенная беседа»⁵.

Авторы «Психотерапевтической энциклопедии» отмечают: «Профессиональное консультирование могут проводить психологи, социальные работники, педагоги или врачи, прошедшие специальную подготовку. В качестве пациентов могут выступать здоровые или больные люди, предъявляющие проблемы экзистенциального кризиса, межличностных конфликтов, семейных затруднений или профессионального выбора. В любом случае пациент воспринимается консультантом как дееспособный субъект, ответственный за решение своей проблемы. В этом основное отличие психологического консультирования от психотерапии. От так называемой дружеской беседы психологическое консультирование отличается нейтральной позицией консультанта...»⁶.

В пособии «Общая психотерапия» В.Т. Кондрашенко, Д.И. Донского, С.А. Игумнова психологическое консультирование не рассматривается как разновидность психотерапии⁷. В частности, о психологическом консультировании в этом пособии речь идет только при рассмотрении основ семейной психотерапии, где

в контексте анализа особенностей семейного психологического консультирования отмечается: «Принципиальное отличие психологического консультирования от психотерапии заключается в отказе от концепции болезни, акценте на анализе ситуации, на аспектах ролевого взаимодействия в семье, в поиске личностного ресурса субъектов консультирования и обсуждения способов разрешения ситуации...».

П.П. Горноста́й, С.В. Васильковская пишут: «Консультирование — одна из форм оказания человеку профессиональной психологической помощи. ...По характеру оказания помощи консультирование наиболее близко к психотерапии»⁸.

М.А. Гулина определяет консультирование как: «...ориентированный на научение процесс, имеющий место между двумя людьми, когда профессионально компетентный в области релевантных психологических знаний и навыков консультант стремится способствовать клиенту с помощью соответствующих его (клиента) актуальным нуждам методов и внутри контекста его (клиента) общей личностной программы узнать больше о себе самом, научиться связывать эти знания с более ясно воспринимаемыми и более реалистично определяемыми целями»⁹.

Сложности в консультативной практике связаны с тем, что:

- консультант работает не с ситуацией и не с ее трансформацией, а с переживаниями, с системой ценностей, отношений и состояний человека.
- прояснение подлинных мотивов или смыслов человека в процессе получения помощи может вообще сделать малоактуальной саму проблемную ситуацию.
- характер, динамика, своеобразие межличностных отношений, личностные качества консультанта, предъявляемые и не предъявляемые клиенту, играют определяющую роль в динамике процесса и, в конечном итоге, в действительности психологической помощи.

Основная предметная область в развитии консультативной практики — это задачи, которые касаются уже не непосредственно процесса психологической помощи, но, собственно говоря, определяющие его целесообразность и действительность: задачи, относящиеся к его (профессионала) собственному личностному развитию и благополучию, к его профессиональному мастерству.

Среди профессионалов существуют два крайних взгляда на консультирование:

⁴ Там же.

⁵ Бондаренко А. Психологическая помощь: теория и практика. М.: Класс, 2001.

⁶ Там же.

⁷ Братусь Б.С. Опыт обоснования гуманитарной психологии // Вопросы психологии. 1990. № 5.

⁸ Там же.

⁹ Бондаренко А. Психологическая помощь: теория и практика. М.: Класс, 2001.

- консультирование — это опыт роста, и им может обладать каждый; консультирование полезно большинству людей, если помогает его дальнейшему развитию;
- консультирование существует для тех, у кого есть проблемы, ограничивающие их дееспособность, и консультанту необходимо помочь им вылечиться как можно скорее и легче. Консультирование предназначено для людей с проблемами, в чем-то ущербных, которые не могут справиться с трудностями. Следовательно, возникает вопрос о профессиональной подготовке психологов-консультантов.

Обучение консультированию — это обучение навыкам ведения интервью и техникам консультирования, необходимым для успешной работы с самыми разными клиентами, обращающимися за помощью¹⁰.

Ранее обучение консультированию проводилось по следующим направлениям:

1. Обучение через собственный клиентский опыт.
2. Обучение через беседы, дискуссии или семинары, на которых обсуждалось поведение клиентов консультанта, трудных случаев.
3. Обучают так же, как обучают медицине.
4. Акцент в обучении был на отдельной личности, семья, социальное окружение не рассматривались как феномен, на который может быть направлено воздействие.
5. Консультанта учили реагировать, а не инициировать, по минимуму участвовать в процессе работы. Консультант не должен был советовать клиенту или обучающемуся следовать своим побуждениям.
6. Ко всем обучающимся применялся одинаковый подход, который остается неизменным независимо от конкретной ситуации, этнической группы или личности пациента.
7. Обучение строилось по принципу установки воздействий, имевших место в прошлом, а не выдвижения гипотез относительно актуальных проблем.

В настоящее время обучение консультированию — это обучение знаниям о человеке, его способностях и возможностях. Консультанта необходимо научить проводить интервью, научить помогать разрешать клиентам их проблемы, помочь ему преодолеть собственные личностные проблемы, мешающие эффективной работе.

Исследователи пришли к выводу, что при обучении необходимо¹¹:

- оценивать работу терапевта;

- наблюдать за его практической профессиональной деятельностью, а не только за опытом прохождения обучения;
- научить помогать обучающимся сформулировать цели и помогать клиентам разрешить их проблемы, которые актуальны в настоящее время;
- провести обучение через решение конкретных ситуаций;

Наиболее эффективным способом такого обучения становится работа с супервизором. Работа супервизора заключается в том, чтобы помочь консультанту, если он обнаружит, что его личностные реакции не позволяют ему действовать должным образом. Работая с конкретным случаем, обучающийся сосредоточивается на клиенте, а супервизор при этом сфокусирован как на клиенте, так и на обучающемся. Супервизия учит не только консультативным техникам, но также учит ценить и понимать трагедию человеческих проблем¹².

Обучение с помощью супервизора происходит по трем основным направлениям:

1. Опираясь на свои записи, обучающийся обсуждает с супервизором конкретный случай.
2. Обучающийся дает супервизору видео- или аудиозаписи сеанса.
3. Обучающийся проводит интервью с клиентом в комнате с «прозрачным» зеркалом и видеокамерой, под наблюдением супервизора, который направляет ход терапии по телефону или вызывает обучающегося для обсуждения конкретных моментов.

На основе анализа литературы мы выделили проблемы, с которыми сталкиваются консультанты в процессе обучения¹³:

- множество различных теоретических подходов в консультировании, сложности в выборе одного направления;
- универсализм работы с клиентами, консультанту приходится обучаться работать в разных сферах одновременно: семейное, детское, управленческое консультирование и т.д.;
- отсутствие отработки практических навыков в ходе обучения: консультанты слушают курсы лекций, читают в учебниках о различных школах консультирования. Сами они консультирование не проводят, у них есть возможность только посмотреть видеозаписи сеансов.

Программы подготовки должны обеспечить начинающих терапевтов практическим опытом работы, предоставить возможность выбора различных техник и теоретических аспектов консультирования.

¹⁰ Там же.

¹¹ Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии. М.: Прогресс, 1995.

¹² Хейли А. Что такое психотерапия. СПб: Питер, 2012.

¹³ Там же.

Обучение консультированию можно представить себе как процесс, состоящий из нескольких последовательных стадий:

1. Приобретение компетентности в проведении интервью. Они должны быть в состоянии общаться с детьми, подростками, взрослыми и престарелыми людьми. Они должны вести интервью так, чтобы прояснялась проблема, высвечивались решения, выстраивались позитивные цели.
2. Освоение различных видов интервенции и знаний, какую можно использовать в данной конкретной ситуации: научиться присоединяться к клиенту и вовремя отпускать его.

Обучение процессу консультирования, как правило, включает обучение следующим этапам консультирования¹⁴:

I. Начальный этап. Основные задачи психолога на первом этапе заключаются в следующем:

- поддержка мотивации клиента к совместной работе;
- разъяснение реалистичных возможностей психологической помощи и коррекция нереалистичных ожиданий;
- пробная постановка целей помощи и определение ориентировочных сроков и результатов работы;
- проработка собственных затруднений, связанных с возможным контрпереносом или возникающими проекциями.

II. Этап действия и проживания ситуации психологической помощи включает в себя:

- обеспечение эмоционального отреагирования;
- прорабатывание и символическое удовлетворение тех или иных фрустрированных потребностей;
- создание условий для инсайта и катарсиса;
- подкрепление желаемого направления действий;
- обеспечение условий для глубинной личностной рефлексии и проживания ситуации свободного и ответственного выбора и т.д.

III. Этап вхождения в новый опыт. Это стадия личностных трансформаций и попыток приобщения к иному способу проживания жизни, свободному от прежних заблуждений и проблем, включает обучение следующим аспектам:

- эмоциональная и экзистенциальная поддержка;
- подкрепление тенденций к личностным переориентациям и трансформациям;

- помощь в совладании с личностной и ситуативной тревогой, вызванной изменениями жизненного мира;
- проработка ценностно-смысловых или поведенческих препятствий, блокирующих осуществление необходимых действий.

IV. Последний этап — этап вхождения в повседневность, обогащенный новым опытом. Это заключительная стадия основной психологической консультативной работы:

- подбадривание клиента и подчеркивание временных границ как травмировавшей проблематики, так и консультативного (терапевтического) процесса;
- анализ элементов зависимости в поведении клиента и помощь в достижении максимально возможной самостоятельности и самодостаточности;
- переопределение и переосмысление ситуации психологической помощи как предоставленной возможности человеку глубже понять собственные мотивы, ценности, цели и выборы.

Обучающимся в ходе подготовки необходимо:

1. Вместе с супервизором приготовить план терапевтического сеанса.
2. Участвовать в практических занятиях, на которых разыгрываются сеансы консультирования.
3. Изучить конкретный подход, независимо от собственных взглядов.
4. Не использовать интерпретации в процессе консультирования.
5. Обучающиеся должны быть готовы вести такое консультирование, которым они до этого не занимались, и производить вмешательства так, чтобы расширить свой профессиональный репертуар.

Таким образом, цель обучения состоит в том, чтобы обучающиеся работали, не нуждаясь в супервизоре, и успешно разрешали проблемы, используя специальные знания, полученные ими.

В ходе анализа литературы, мы выделили несколько типов обучающихся¹⁵:

1. Новичок. Они стремятся учиться и готовы признать, что подготовка им необходима. Они пытаются компенсировать свою неопытность высокомерием, позиционируют академические взгляды так, что забывают о практической стороне психотерапии. Они могут увлечься теорией, особенно если не знают, какие действия предпринять, иногда с трудом распознают серьезную проблему.

¹⁴ Бондаренко А. Психологическая помощь: теория и практика. М.: Класс, 2001.

¹⁵ Там же.

2. «Групповой». Проблема в обучении «групповых» состоит в том, что они владеют способом проведения психотерапии, который приносит им удовлетворение, даже если их клиенты не изменяются, здесь психотерапевтический процесс привлекателен сам по себе. Групповых руководителей очень легко обучать. «Групповые» фокусируются на внутренней эмоциональной жизни клиента, с трудом видят организационные взаимосвязи между людьми и предпочитают сосредотачиваться на том, как их клиенты воспринимают и чувствуют людей.
3. Идеолог. Они с трудом усваивают идею об изменении клиента, сосредоточены на том, чтобы понять их, предпочитают философские аспекты терапии. Им трудно сосредоточиться на конкретной проблеме. Цель идеолога — пройти интенсивный обучающий курс, а не сосредотачиваться на изменении людей.
4. «Ученик поневоле». Проходит обучение, потому что этого требует его образовательное учреждение. Фактически, их мотивация — это боязнь показать другим свое неумение.

На наш взгляд, проблематика профессиональной (в том числе и личностной) подготовки психологов-практиков включает в себя четыре взаимосвязанных аспекта проектирования и становления функциональной личности психолога-консультанта:

- 1) построение теоретической модели специалиста, включающей разработку стандартов (норм и нормативов) требований к личности и деятельности психолога-консультанта;
- 2) первичный отбор профессионально пригодных кандидатов;
- 3) разработку содержания обучения и развития психологов-практиков;
- 4) решение проблемы собственного профессионального самоопределения специалистов.

Профессиональная подготовка специалистов представляет собой построение цельных направлений на разных уровнях¹⁶:

Первый уровень представлен институционально-ролевым функционированием специалиста, включающим звенья: государство — институт — роль. Это уровень социально-ролевой нормированности труда специалиста.

Следующий уровень — «технологический». Здесь агент деятельности предстает как личность функциональная, воплощающая набор и способность осуществления вполне определенных трудовых функций,

Данный уровень выделяет в качестве своей предметной области собственно трудовую деятельность, как она задается, разрабатывается, усваивается и осуществляется специалистом.

Третий уровень включает в себя задающиеся психологически звенья: социум — группа — Я. Это моменты, относящиеся к его психологическому, чувственно данному содержанию бытия, так и моменты преломления общественных отношений и характера деятельности, отражаемых ранее указанными уровнями в личности конкретного человека.

Проблематику каждого уровня целесообразно выделять на основе главной функции, которую этот уровень реализует.

Основное содержание первого — ценностно-ролевая детерминация сознания специалиста, способ его общественного поведения¹⁷. Присвоение свойственных данному роду деятельности норм, стереотипов, своеобразного «кодекса чести» профессии есть задача по своему содержанию этико-мировоззренческая. И начинается она еще на этапе принятия данной профессии как таковой на основе стандартов, этических норм, совместимых и соотносящихся с данной профессией.

На втором уровне — формирование у специалистов, работающих с людьми, во-первых, адекватного ролевого поведения и, во-вторых, разработке проблемы профессионального самосознания.

На третьем из уровней — специалист выступает уже вне ролевых и функциональных рамок, обращаясь своей живой индивидуальностью, феноменологией своих жизненных проявлений к другим людям¹⁸.

Таким образом, основной профессиональной особенностью, профессиональным нормативным требованием к личности психолога-практика выступает его способность вбирать новый личностный опыт, способность к совмещению ролевых этических стандартов с большой экзистенциальной «емкостью» собственного «Я» и, главное, способность к свободному выбору, свободному действию в пределах собственного жизненного мира. Вопросы профессиональной подготовки таких специалистов традиционны на уровнях, свойственных всем остальным профессиям (нормативно-ролевым и «технологическим»), но специфичны и нетрадиционны, диктуя иную логику профессиональной подготовки и профессиональной идентификации, на уровне личностном, где на место внешних предписаний, умений и «техник» становится личностное «Я», его когнитивный, поведенческий и экзистенциально-смысловой потенциал.

¹⁶ Василюк Ф.Е. Уровни построения переживания и методы психологической помощи // Вопросы психологии. 1988. № 5.

¹⁷ Там же.

¹⁸ Там же.

Анализ публикаций, освещающих проблематику профессиональной подготовки психологов-практиков, показывает, что ведущими темами в них выступают две в равной степени взаимосвязанные и взаимозависимые проблемы¹⁹: этическая и «психотехническая». Получив общее с психологом академической (исследовательской) ориентации базисное содержание образования, относящееся к усвоению знаний и умений, связанных с функционированием психики, ее природы, методов исследования и истории психологической науки, психолог-практик в своей профессиональной работе сталкивается с такими явлениями, ситуациями, психическими и иными проявлениями общественной и личной жизни, которые не идут ни в какое сравнение с экспериментальными исследованиями.

Представляется целесообразным выделить следующие уровни репрезентации предмета обучения психолога-консультанта²⁰:

1) Уровень предметный (содержание деятельности).

Объект воздействия — личность в психосоциальной ситуации; социум в конкретном локусе психосоциального пространства.

Предмет воздействия — социальная позиция личности, социально-психологическая напряженность группы (пространственный коллектив, семья, община и т.п.).

Решаемые задачи — начальная ориентировка на клиенте и ситуации; развитие субъективного «Я» консультанта; психологическая помощь в осуществлении «Я-рефлексии»; обеспечение эмоционального отреагирования и катарсиса.

Феноменология — установление контакта (принятие клиента); динамика эмоциональных состояний клиента и психолога; вхождение в новый опыт; смысловые трансформации.

2) Уровень психотехнический (средств деятельности).

Принципы — событийности, квантования активности, онтологизации переживаний.

Модели воздействия — когнитивный диссонанс; символическое замещение и компенсация; прямое и косвенное переобучение (с опорой на обратную связь); непосредственное эмоциональное отреагирование.

Средства воздействия — структурирование и темпирование психотерапевтического высказывания.

3) Уровень метапредметный (собственной проблематики), включает проработку следующих проблем.

- проблема отбора и подготовки консультантов (личностное и профессиональное самоопределение; специализированные программы обучения; разработка профильных моделей специалиста и т.п.).
- проблема эффективности и последствий консультирования (диапазон и глубина личностных трансформаций, положительные и отрицательные результаты консультирования; динамика и характер смысловых, поведенческих и других измерений; соответствие тех или иных моделей и средств к личности и проблематике конкретного клиента и т.п.).
- проблемы соотношения и взаимодействия консультирования со смежными науками, а также вненаучными формами общественного сознания (религия, искусство).

Отечественные подходы консультативно-психологической помощи

Характерные черты современных отечественных подходов к психологической помощи — это восстановление основных консультационных парадигм: психоанализ, гуманистическая и поведенческая психология, а также христианское направление, уходящее корнями в русскую философию XIX в.

В последнее время стали появляться профессионально мотивированные специалисты, заинтересованные в оказании консультационных психологических услуг: от психодиагностики школьников до управленческого консультирования.

К основным принципам работы психолога-консультанта в отечественной психологии исследователи относят²¹:

- принцип активности и ответственности личности.
- принцип трактовки психологической проблематики как психотехнической и системной по предмету и методу.
- принцип диалогического характера взаимодействия психолога и клиента, наличие обратной связи.
- принцип деятельного опосредования психологических и социально-психологических образований.
- принцип органического единства интеллектуальных и эмоциональных аспектов психики.
- принцип активизации гуманистических ценностей.

На нынешнем этапе развития отечественной психологической практики консультирование — это только часть функциональных обязанностей, одна из разновидностей работы в профессиональной деятельности

¹⁹ Братусь Б.С. Опыт обоснования гуманитарной психологии // Вопросы психологии. 1990. № 5.

²⁰ Бондаренко А. Психологическая помощь: теория и практика. М.: Класс, 2001.

²¹ Василюк Ф.Е. Уровни построения переживания и методы психологической помощи // Вопросы психологии. 1988. № 5.

психолога. Поэтому при обсуждении консультирования неизбежно возникают вопросы методологических оснований современной практики.

В 90-х годах XX в. в отечественной психологии сложилась ситуация, в которой существует два пространства профессионального становления психолога-консультанта:

1. Становление профессиональной деятельности, которая связана с приложением психологических знаний к различным сферам человеческой жизни, деятельности, где они являются востребованными;
2. Становление практики как непосредственной помощи человеку в решении тех внутренних проблем, которые рождаются из контекста его личной жизни, а не из задач какой-либо социальной сферы.

В первом случае, психолог связан социальными обязательствами и учитывает контекст окружающей среды, в которой он функционирует, во втором случае — наиболее значимым становится принятие личной ответственности за процесс работы. Следовательно, обучение психологов-консультантов в отечественной практике ориентировано на учет общего контекста и на развитие внутреннего локуса контроля за принятие решений и выбора методов работы.

И.В. Дубровина обращает внимание на то, что психологические знания, которые сейчас есть у очень многих, — это еще не психологическая культура. Психологическая культура, по ее мнению, это психологические знания, оплодотворенные общечеловеческими гуманистическими ценностями. Она отмечает, что в нашем обществе в большей степени востребованы психологические знания, чем культура. Большую популярность приобретают методики управления человеческим поведением и мышлением, основанные на знании психологии человека. Это то, чему в первую очередь стараются обучить психологов-консультантов²².

В специальной литературе приводится множество вариантов понимания последовательности протекания процесса консультирования, которому, как правило, и пытаются научить молодых специалистов. Представим некоторые из них:

Ю.Е. Алешина считает, что условно беседу консультанта с клиентом можно разделить на четыре этапа: 1) знакомство с клиентом и начало беседы; 2) расспрос клиента, формулирование и проверка консультативных гипотез; 3) коррекционное воздействие; 4) завершение беседы»²³.

²² Там же.

²³ Бондаренко А. Психологическая помощь: теория и практика. М.: Класс, 2001.

В психотерапевтической энциклопедии технические этапы психологического консультирования описаны следующим образом: установление контакта профессионального консультирования; предоставление пациенту возможности выговориться; предоставление пациенту эмоциональной поддержки и информации о позитивных аспектах его проблемной ситуации; совместная с пациентом переформулировка проблемы; заключение динамического контракта; формирование регистра возможных решений проблемы; выбор оптимального решения; закрепление мотивации и планирование реализации выбранного решения; завершение консультирования с предоставлением пациенту права повторного обращения.

Опираясь на своеобразие содержания работы с данной категорией консультируемых, выделяют 6 этапов (блоков): подготовка; установление контакта и доверительного диалога; исследование ситуации; постановка цели; поиск решений; подведение итогов. При этом подчеркивают, что выделенные этапы могут служить лишь одним из оснований профессиональной рефлексии психолога.

В.В. Колтачников в своей учебной программе выделяет 4 основных этапа — начальный, этап расспроса клиента, этап оказания психологического воздействия, заключительный этап.

В.Ю. Меновщиков связывает стадиальность процесса консультирования со структурой основного метода — интервью: установление контакта — исследование и осознание задачи; перебор гипотез; решение; выход из контакта.

А.Ф. Бондаренко выделяет 4 основных этапа — начальный (этап вхождения в ситуацию психологической помощи); этап действия и проживания ситуации психологической помощи; этап вхождения в новый опыт; этап вхождения в повседневность с обогащенным новым опытом²⁴.

Отсутствие профессиональных знаний (в широком смысле слова, включая и овладение соответствующими техниками работы), осознаваемый или, что хуже, неосознаваемый эклектизм в работе и создают тот личностный дискомфорт (тревожность, неуверенность и т.п.), который затрудняет путь профессионального самоопределения отечественного практикующего психолога. Как следствие, отечественные психологи вынуждены адаптироваться не к той парадигме, которая соответствует им и которой соответствует личность того или иного психолога или клиента, а довольствоваться теми направлениями, техниками работы, которые, попросту говоря, стали им доступны.

²⁴ Там же.

Зарубежные подходы консультативно-психологической помощи

Опыт работы зарубежных консультантов гораздо более широк и разнообразен, однако единой схемы и системы по-прежнему не выработано. Рассмотрим некоторые формы работы, которым стараются обучать психологов-консультантов за рубежом.

А. Хейли считает, что необходимо сконцентрироваться на краткосрочной активной терапии, учитывая социальный контекст, в котором находится клиент в состоянии дистресса. Акцент должен делаться на социальной ситуации, создаваемой семьей, работой или контекстом лечения человека. Он считает, что нужно принимать во внимание социальные последствия каждого вмешательства.

Ч. Трунгпа в своей работе отмечает, что «главная работа консультантов — стать в полной мере людьми и вдохновлять других людей, которые в своей жизни чувствуют духовный голод, к обретению полного человеческого бытия. Основа обучения консультантов — спонтанность и человечность. Необходимо работать с «естественной способностью к теплу». Для начала мы вырабатываем теплоту по отношению к самим себе, а затем она распространяется и на других. Такой подход опирается на то, как мы лично переживаем собственное существование»²⁵.

Т. Хора отмечает, что терапевтический процесс — это ситуация встречи, где раскрываются многие аспекты способа пребывания в мире, свойственного данному пациенту. То, что при этом требуется, — это восприимчивость открытого ума, свободного от предвзятых идей относительно того, что должно быть и того, чего не должно быть. Психотерапевт должен обладать правильной мотивацией. Чтобы общение происходило благотворно, консультант должен быть свободен от желания лечить»²⁶.

Д. Шайнберг проанализировала трудности, с которыми сталкиваются молодые специалисты в процессе обучения²⁷:

- чувство большей напряженности по отношению к клиенту, переживание его близости, когда нет времени на размышления по поводу толкования симптомов, значений, теорий, выводов, образов того, как должны идти события, что нужно делать;
- чувство напряжения из-за отсутствия знакомого направления или модели для взаимодействия с клиентом;

Необходимо обучать психологов-консультантов так, чтобы четко показать, как движется работа; показать, что не существует никакого особого «способа»; что невозможно точно знать переживаний другого человека; что исцеление происходит при взаимном участии в открытии наиболее важного качества клиента. Первый фокус методического обучения состоит в том, чтобы консультанты слушали и наблюдали то, что есть. Второй фокус заключается в том, чтобы сделать их способными жить с тем, что есть, дать возможность быть тому, что есть.

Э. Подволл описывает два вида психологической истории, которые необходимо знать консультантам во время психотерапевтической работы с людьми. Один вид — это история болезни, история разочарования, упущенных случайностей, неосуществленных надежд и нереализованных возможностей во взаимоотношениях. Здесь подразумевается вопрос: «Когда дело пошло неправильно?» Другой вид — «история душевного здоровья». Это история пробужденности, достоинства и терпения. Консультанту необходимо выйти за рамки простого обсуждения проблемы и охватить проблемы ценностно-смыслового бытия личности²⁸.

В классическом психоанализе основная цель — процесс осознания неосознанного, принятие адекватной и реалистической интерпретации, усиление Эго для построения более реалистичного поведения. Роль консультанта фиксирована: невмешательство, отстраненность, нейтралитет и личностная закрытость. Следовательно, основное, чему нужно научиться консультанту — это отстраненность от клиента, независимость в суждениях и минимальная эмоциональная вовлеченность в процесс работы.

Аналитическая психология К. Юнга основной целью консультирования видит постижение собственного внутреннего мира и самопознания посредством переживания всей полноты своего бытия. Консультант помогает клиенту в разделении осознаваемых и неосознаваемых инстанций и установлении коммуникации между ними. Самое главное — углубления самопонимания во всех доступных человеку направлениях его связей с миром (индивидуация). Следовательно, необходимо овладеть техниками, которые будут позволять клиенту учиться саморефлексии. Позиция консультанта также должна быть по возможности отстраненной²⁹.

Индивидуальная психология А. Адлера в своей основе имеет цель снижения чувства неполноценности;

²⁵ Хейли А. Что такое психотерапия. СПб: Питер, 2012.

²⁶ Пробуждение сердца. Западный и восточный подход к психотерапии и терапевтическим отношениям / под ред. Дж. Уэллуда. Минск: Вида-Н, 2008.

²⁷ Хейли А. Что такое психотерапия. СПб: Питер, 2012.

²⁸ Пробуждение сердца. Западный и восточный подход к психотерапии и терапевтическим отношениям / под ред. Дж. Уэллуда. Минск: Вида-Н, 2008.

²⁹ Юнг К. Проблемы души нашего времени. М.: Прогресс, 2004.

развития социального интереса, коррекции целей и мотивов с перспективой изменения стиля жизни. Основная психотехника — найти ошибку в «картине мира» клиента, из-за которой возникают психологические проблемы. Начальная позиция консультанта — диагностика, для которой важно научиться собирать информацию о семье клиента и его «ранних воспоминаниях». От клиента ожидается активность, ответственность, стремление к сотрудничеству и взаимное доверие. В начале психотерапии именно клиент формулирует условия контракта: цели, план осуществления, возможные препятствия, пути их эффективного преодоления и т.п.³⁰

Гуманистический психоанализ Э. Фромма и неофрейдизм (Г. Салливан, К. Хорни, Э. Берн) стремится помочь клиенту осознать свои игры, жизненный сценарий, эго-состояния, принять новые решения, относящиеся к поведению и построению жизни. Техника — в процессе бесед освободить человека от выполнения навязанных программ поведения и помочь ему стать независимым, спонтанным, способным к полноценным отношениям близости. Отсюда вытекают и требования к позиции консультанта: сочетание ролей учителя и эксперта. Консультант обязан апеллировать к эго-состоянию «взрослый» в клиенте, а не потакать невротическим поведенческим стереотипам³¹.

Поведенческое направление старается обеспечить новые условия для научения, т.е. выработку нового обусловливания и на этой основе помочь в овладении новым поведением. Консультант выступает в роли учителя, наставника. Он должен быть готов принять на себя груз социально-психологической модели, образца для подражания, каким он выступает в глазах клиента, а также осознавать специфику защитного механизма идентификации. Техника строится на совокупности приемов формирования нового поведения (переучивания), базирующаяся на экспериментальных исследованиях и теоретических допущениях бихевиоризма.

Рационально-эмотивная терапия А. Эллиса предполагает помощь в пересмотре системы убеждений, норм и представлений. Ряд качеств, достижение которых может выступить конкретной целью консультативной работы: социальный интерес, интерес к себе, самоуправление, терпимость, гибкость, научное мышление, вовлеченность, самопринятие, способность к риску, реализм. Позиция консультанта директивна. Он разъясняет, убеждает, он — авторитет, который опровергает ошибочные суждения, указывая на их неточность, произвольность. РЭТ характеризуется широким набором

психотехник: обсуждение и опровержение иррациональных взглядов, развитие рационально-эмотивного воображения, ролевые игры³².

Экзистенциальное консультирование в своей основе предполагает помочь клиенту обрести смысл своей собственной жизни, осознать личностную свободу и ответственность и открыть свои потенции как личности в полноценном общении. Позиция понимания клиента в терминах его собственного жизненного мира, образа самого себя и действительности. Нет каких-либо четко представленных психотехник, но есть значение процессов понимания, осознания и принятия решений — тех личностных действий, которые не требуют ничего, кроме умения выслушивать и сопереживать.

Гештальт-терапия своей основной целью видит помощь человеку полностью реализовать свой потенциал. Психолог рассматривается как «катализатор», «помощник» и сотворец, интегрированный в единое целое личности клиента. Психолог должен облегчить выражение личных чувств клиента. Его роль — роль активного, творческого, сопереживающего союзника в поисках собственного «Я» клиента³³.

Рассматривая эту проблему в более широком контексте можно отметить, что во многом такое положение дел связано с объективными причинами, среди которых следует особо выделить:

- несоответствие между принципами философии и психологии гуманизма, духом «Закона об образовании», декларациями о переходе от «школоцентрического» к «детоцентрическому» подходу в образовании и практикой их внедрения в образование;
- неопределенность целей и предмета обучения практической психологии, специфики содержания работы педагога-психолога и его компетенций;
- нескоординированность организационных и содержательных аспектов межпрофессиональной деятельности специалистов учреждений образования;
- несоответствие компетенций, развивающихся в процессе профессионального обучения, и реальных требований практики к специалистам учреждений образования;
- отсутствие или неопределенность критериев, соответствующих провозглашенным гуманистическим идеалам, при оценке деятельности специалистов.

Именно профессиональное самоопределение психолога-практика уменьшает дистанцию между «Я-функциональным» и «Я-экзистенциальным», снижает тревожность, повышает личностный потенциал — становится условием и одновременно стимулом к

³⁰ Пробуждение сердца. Западный и восточный подход к психотерапии и терапевтическим отношениям / под ред. Дж. Уэллуда. Минск: Вида-Н, 2008.

³¹ Там же.

³² Хейли А. Что такое психотерапия. СПб: Питер, 2012.

³³ Там же.

дальнейшему личностному росту и личностному самоопределению. Когнитивный аспект личности определяет ее экзистенциальный, бытийный аспект. «Технологический» уровень представленной модели специалиста детерминирует личностный. А уже этот, последний, возвращает личностное «Я» к институционально-ролевому образу профессии. Погрузившись

в поток профессиональной проблематики и технологии, специалист применяет уже по отношению к себе самому те или иные концепции, техники и в ходе этой, профессионально и одновременно личностной работы вновь, уже с высот своего экзистенциального «Я», возвращается в «Я-функциональное», достигая желаемой профессиональной и личностной идентичности.

Список литературы:

1. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии. М.: Прогресс, 1995. 296 с.
2. Бондаренко А. Психологическая помощь: теория и практика. М.: Класс, 2001.
3. Бондаренко А. Личностное и профессиональное самоопределение отечественного психолога-практика // Московский психотерапевтический журнал. 1993. № 1. С. 63-77.
4. Братусь Б.С. Опыт обоснования гуманитарной психологии // Вопросы психологии. 1990. № 5. С. 9-16.
5. Васильюк Ф.Е. Уровни построения переживания и методы психологической помощи // Вопросы психологии. 1988. № 5. С. 27-37.
6. Пробуждение сердца. Западный и восточный подход к психотерапии и терапевтическим отношениям / под ред. Дж. Уэлвуда. Минск: Вида-Н, 2008.
7. Фрейд З. Введение в психоанализ. Лекции. М.: Наука, 2011. 456 с.
8. Хейли А. Что такое психотерапия. СПб: Питер, 2012. 224 с.
9. Эткин А.М. Психология практическая и академическая: расхождение когнитивных структур внутри профессионального сознания // Вопросы психологии. 1987. № 6. С. 20-30.
10. Юнг К. Проблемы души нашего времени. М.: Прогресс, 2004. 336 с.

References (transliteration):

1. Adler A. Praktika i teoriya individual'noy psihologii. M.: Progress, 1995. 296 s.
2. Bondarenko A. Psihologicheskaya pomoshch': teoriya i praktika. M.: Klass, 2001.
3. Bondarenko A. Lichnostnoe i professional'noe samoopredelenie otechestvennogo psihologa-praktika // Moskovskiy psihoterapevticheskiy zhurnal. 1993. № 1. S. 63-77.
4. Bratus' B.S. Opyt obosnovaniya gumanitarnoy psihologii // Voprosy psihologii. 1990. № 5. S. 9-16.
5. Vasilyuk F.E. Urovni postroeniya perezhivaniya i metody psihologicheskoy pomoschi // Voprosy psihologii. 1988. № 5. S. 27-37.
6. Probuzhdenie serdca. Zapadnyy i vostochnyy podhod k psiho-terapii i terapevticheskim otnosheniyam / Pod red. Dzh. Uelvuda. Minsk: Vida-H, 2008.
7. Freyd Z. Vvedenie v psihoanaliz. Lekcii. M.: Nauka, 2011. 456 s.
8. Heyli A. Chto takoe psihoterapiya. SPb: Piter, 2012. 224 s.
9. Etkind A.M. Psihologiya prakticheskaya i akademicheskaya: ras-hozhdenie kognitivnyh struktur vnutri professional'nogo soznaniya // Voprosy psihologii. 1987. № 6. S. 20-30.
10. Yung K. Problemy dushi nashego vremeni. M.: Progress, 2004. 336 s.