

Вольнова Л.М.

*кандидат педагогічних наук, доцент,
Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова*

ЗМІСТ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦЯ ДО РОБОТИ З КРИЗОВИМИ КАТЕГОРІЯМИ КЛІЄНТІВ У СИСТЕМІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ОСОБИСТОСТІ

Нині жодна розвинута держава не може обійтися без фахівців системи психосоціальної допомоги особистості – психологів і соціальних працівників, які пройшли підготовку в університетах чи інших профільних навчальних закладах. Вони покликані надавати професійну підтримку всім, хто потребує вирішення труднощів і проблем, зокрема таких, які виникають у повсякденному житті. Передусім об'єктами підвищеної уваги фахівців стають ті клієнти, котрі перебувають у кризовій ситуації, проявляють ненормативну поведінку, не захищені в соціальному плані, зокрема, літні люди, інваліди, сім'ї із «груп ризику», діти, позбавлені нормального сімейного виховання, особи із прикордонними психічними розладами, важко хворі, особи, що зловживають алкоголем, наркотиками та ін.

Загострення в Україні соціально-психологічної напруженості в умовах політичної нестабільності та економічної кризи роблять особливо актуальним питання про практичну діяльність таких фахівців, методологію та технології її здійснення. Адже кризовий стан виражений не тільки на рівні особистості, але й цілих соціальних верств і груп. Саме тому робота з кризовими станами повинна стати загально визнаним і загально прийнятим предметом у практиці психосоціальної роботи з індивідами, сім'ями та групами.

Відомо, що криза трапляється, коли людина, використовуючи звичні для неї методи розв'язання проблеми, натрапляє на непереборні перепони на шляху до важливої життєвої мети. З цього приводу Ф. Ю. Василюк наголошує, що «криза – це поворотний пункт життєвого шляху, який виникає в ситуації неможливості реалізації наміченого життєвого задуму» [1, с. 6]. У таких ситуаціях, коли людина не може справитися з повсякденними турботами життя, баланс, або рівновага особистості порушується. Вона відчуває внутрішню напругу, стурбованість, які в результаті призводять до емоційного розладу.

Як в окремого індивіда, так і в сім'ї завжди є внутрішній ресурс, однак до нього не завжди є (або не завжди можна знайти) доступ. Тому результат кризи значною мірою зумовлюється типом взаємодії, що відбувається між індивідом та ключовими фігурами в його емоційному оточенні, серед яких і представники професій, які пов'язані із наданням психосоціальної допомоги. Метою останньої є сприяння клієнту (сім'ї) у розкритті свого внутрішнього потенціалу, збереженні комфортного, гідного, правового існування людини як суб'єкта суспільства, а також адаптація особистості в соціумі [2, с. 5]. Як підкреслює Л. В. Сафонова, «психосоціальна допомога полягає в емоційній, смисловій та екзистенціальній підтримці людини або спільноти у важких ситуаціях, які виникають у процесі їхнього особистісного чи соціального буття» [3, с. 87]. Адже далеко не кожна людини здатна самостійно справитися з кризовою ситуацією з допомогою психічної саморегуляції (медитація, йога та ін.) і в цьому випадку необхідна різностороння психологічна підтримка фахівця.

Запит на психосоціальну допомогу в кризових ситуаціях висуває високі вимоги до якості підготовки фахівців, які повинні володіти всіма необхідними професійними компетенціями. У зв'язку із цим є необхідність у підготовці спеціалістів, які:

а) обізнані щодо питань психологічної проблематики особистості в кризовому стані (поняття та типології психологічних проблем як підстави для надання психологічної допомоги; сутності психологічного здоров'я, нормативності психічного розвитку, гармонійності та психологічного благополуччя особистості як показників у визначенні її психологічних проблем; специфіки ситуаційного підходу (життєва і соціальна ситуація, вплив ситуації на особу, психологічна ситуація та її різновиди, поняття надзвичайної, екстремальної та кризової ситуації, психотравмівні ситуації в процесі надання психологічної допомоги), а також психологічні наслідки впливу ситуації на свідомість та поведінку індивіда (стрес, кризові переживання, психологічна травма, посттравматичний стресовий розлад тощо);

б) мають базові знання у сфері методології психологічної допомоги в кризових ситуаціях (орієнтуються в моделях психологічної допомоги – медична, педагогічна, діагностична, психологічна; теоретичних підходах до загальних засад психологічної допомоги – психоаналітичному, біхевіористичному, когнітивному, екзистенційному, гуманістичному; та підходах до її практичної реалізації – комплексному, системному, генетико-моделюючому, акмеологічному, метатеоретичному тощо);

в) вмiло використовують теоретичні знання щодо мети, завдань, змісту, принципів організації, етапів і технологій надання психологічної допомоги різним групам клієнтів з урахуванням їхніх вікових, соціальних, індивідуально-психологічних особливостей і специфічних потреб;

г) володіють методами психологічної діагностики (дослідження психічних станів, рівня нервово-психічної напруги, стресових переживань і депресії, посттравматичних стресових розладів, часової перспективи тощо) та низкою технологій (кризове консультування і втручання, психологічний дебрифінг) і прийомів (рефреймінг, коучинг та ін.) психосоціальної допомоги; вмiють їх застосовувати під час роботи із дорослими і дітьми у кризовому стані;

д) проявляють навички та вміння налагоджувати міжособистісну взаємодію й ефективне спілкування з іншими людьми в контексті психологічної допомоги та самопомоги в кризових ситуаціях; проявляють здатність взаємодіяти з іншими фахівцями, що беруть участь у наданні допомоги кризовій особистості;

е) постійно працюють над своїм професійним іміджем та займаються особистісно-професійним удосконаленням у напрямі кризової психологічної допомоги.

Важливим для фахівця, який працює з кризовими категоріями клієнтів, є здатність вирішувати нові, нестандартні завдання, у тому числі підбирати адекватні методи психологічного супроводу і психокорекційної роботи відповідно до особливостей особистості та соціально-психологічних характеристик груп, що перебувають у складних життєвих обставинах. При цьому фахівець повинен бути готовим оперувати традиційними (бесіда, активне слухання, дистанція, тілесний контакт тощо) методами професійної психологічної допомоги, а також випробувати потенціал нових модальностей психотерапії (емоційно-образна психотерапія, діаналіз, психоекофасилітація), консультування та коучінгу. Цінними в системі психологічної допомоги є методи арт-, музико-, імаго-, аромо-, натуро- і петтерапії, малювання піском тощо. Важливу роль має психологічна робота зі словом – використання методів бібліотерапії та казкотерапії, психологічних притч, метафор та історій; складання тематичних чи біографічних творів, скриботерапія.

Набуттю практичних навичок психологічної роботи з клієнтами сприяють театралізовані форми й методи: психодрама і драмотерапія, соціально-психологічний театр, театр-експромт, форум-театр, театр Play Back та ін. Особливо актуальними в сучасному інформаційному суспільстві стають дистанційні форми психологічної допомоги, серед яких ведення тематичної Інтернет-сторінки (блогу, спільноти)

психолога, он-лайн консультування, консультування в друці та психотерапевтичне листування.

Отже, професійна психологічна допомога особистості незамінна, але особливо важлива її актуальність і вчасність, доцільність та адресність. Щодо ролі фахівця в процесі надання психологічної допомоги, то в цьому аспекті не може бути універсальної відповіді, адже ця роль залежить від належності психолога до визначеної теоретичної орієнтації, його кваліфікації, особистісних рис, нарешті, від очікувань клієнта. Водночас, слід наголосити, що основне завдання фахівця в процесі надання психологічної допомоги полягає в тому, щоби підтримати клієнта у виявленні своїх внутрішніх резервів і в усуненні чинників, що заважають їхньому використанню.

Список використаних джерел:

1. Василюк Ф. Е. Психологический анализ переживания преодоления критических ситуаций: автореф. дис. на соискание ученой степени канд. психол. наук: спец. 19.00.01 «Общая психология, история психологии» / Ф. Е. Василюк. – М., 1981. – 18 с.
2. Психосоціальна допомога в роботі з кризовою особистістю: навч. посібник / наук. ред. та керівник проблем. групи – Л. М. Вольнова. – К., 2012. – 275 с.
3. Сафонова Л. В. Содержание и методика психосоциальной работы: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Л. В. Сафонова. – М.: Изд. центр «Академия», 2006. – 224 с.

Гуменюк Ю.А.

студентка,

Науковий керівник: Андрійчук І.П.

кандидат психологічних наук, доцент,

Тернопільський національний педагогічний університет

імені Володимира Гнатюка

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ОСОБИСТІСНОЇ РЕФЛЕКСІЇ СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ

Особливості сучасної соціальної реальності, що проявляються у високому темпі та масштабності соціально політичних та економічних змін, соціальній нестабільності та протиріччях, вимагають від особистості гнучкості, високого рівня вмінь саморегуляції, саморозвитку та самопомоги, що необхідні у подоланні виникаючих життєвих випробовувань. Безперечним є твердження про те, що сучасне суспільство характеризується зростанням інтересу щодо індивідуального, особистісно орієнтованого підходу до навчання та виховання підлітка. Саме цей вік є вузловим періодом становлення особистості, найбільш сензитивним для розвитку, зокрема, самоставлення та особистісної рефлексії.

Огляд наукової літератури показав, що дослідженням проблеми самосвідомості та особистісної рефлексії підлітка у вітчизняній психології займалися ряд дослідників (Е.Н. Андрєєва, Л.І. Божович, Т.А. Клімонтова, А.М. Прихожан, Е.А. Сорокоумова, Д.І. Фельдштейн, Н.С. Фонталова, І.І. Чеснокова та ін.).

Особливої гостроти проблема самосвідомості набуває у перехідний підлітковий період, як найбільш суперечливий у розвитку особистості. Механізмом ускладнення, диференціації та інтеграції самосвідомості підлітків виступає особистісна рефлексія, що надає їм більші можливості осмислювати, аналізувати та пізнавати самих себе.